

SUFI HEALING DAN NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING
(Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)

TESIS

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
guna Memperoleh Gelar Magister
dalam Ilmu Agama Islam



oleh:

MAMLUATUR RAHMAH

NIM: 1600018031

Konsentrasi: Etika Tasawuf

PROGRAM MAGISTER ILMU AGAMA ISLAM

PASCASARJANA

UIN WALISONGO SEMARANG

2019

PERNYATAAN KEASLIAN TESIS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : **Mamluatur Rahmah**
NIM : 1600018031
Judul Penelitian: ***Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming***
(Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat
(GRISS) 99 Semarang)
Program Studi : Ilmu Agama Islam
Konsentrasi : Etika Tasawuf

Menyatakan tesis yang berjudul:

Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)

secara keseluruhan adalah hasil penelitian/karya saya sendiri, kecuali bagian tertentu yang dirujuk sumbernya.

Semarang, 28 Januari 2019

Pembuat Pernyataan,



Mamluatur Rahmah
NIM: 1600018031



**KEMENTERIAN AGAMA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
PASCASARJANA**

Jl. Walisongo 3-5, Semarang 50185, Indonesia, Telp.- Fax: +62 24 7614454,
Email: pascasarjana@walisongo.ac.id, Website: <http://pasca.walisongo.ac.id/>

PENGESAHAN TESIS

Tesis yang ditulis oleh:

Nama lengkap : **Mamluatur Rahmah**

NIM : 1600018031

Judul Penelitian : ***SUFI HEALING DAN NEURO LINGUISTIC
PROGRAMMING*** (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat
(GRISS) 99 Semarang).

telah dilakukan revisi sesuai saran dalam Sidang Ujian Tesis pada tanggal 31
Januari 2019 dan layak dijadikan syarat memperoleh Gelar Magister dalam bidang
Ilmu Agama Islam

Disahkan oleh:

Nama lengkap & Jabatan

Tanggal

Tanda Tangan

Dr. H. Ahmad Musyafiq, M.Ag
Ketua Sidang/Penguji

6/2 2019

Dr. H. Sulaiman, M.Ag.
Sekretaris Sidang/Penguji

6-2-2019

Dr. H. Abdul Muhaya, M.A.
Pembimbing/Penguji

6/2 2019

Prof. Dr. H. Abdullah Hadziq, M.A.
Penguji 1

6/2 2019

Prof. Dr. H. Amin Syukur, M.A.
Penguji 2

5/2 2019

NOTA DINAS

Semarang, 28 Januari 2019

Kepada
Yth. Direktur Pascasarjana
UIN Walisongo
di Semarang

Assalamu'alaikum wr. wb.

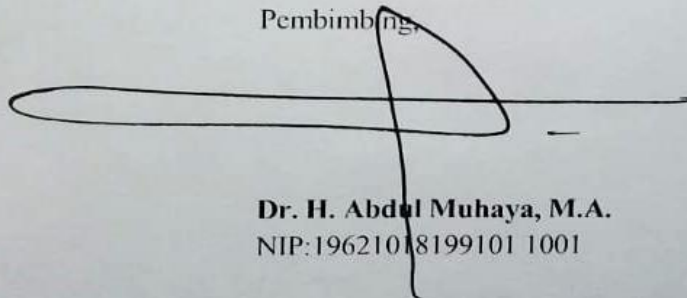
Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap tesis yang ditulis oleh:

Nama	: Mamluatur Rahmah
NIM	: 1600018031
Konsentrasi	: Etika Tasawuf
Program Studi	: Ilmu Agama Islam
Judul	: <i>Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)</i>

Kami memandang bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Ujian Tesis.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Pembimbing,



Dr. H. Abdul Muhaya, M.A.
NIP:19621018199101 1001

NOTA DINAS

Semarang, 28 Januari 2019

Kepada
Yth. Direktur Pascasarjana
UIN Walisongo
di Semarang

Assalamu'alaikum wr. wb.

Dengan ini diberitahukan bahwa saya telah melakukan bimbingan, arahan, dan koreksi terhadap tesis yang ditulis oleh:

Nama : **Mamluatur Rahmah**
NIM : 1600018031
Konsentrasi : Etika Tasawuf
Program Studi : Ilmu Agama Islam
Judul : ***Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)***

Kami memandang bahwa tesis tersebut sudah dapat diajukan kepada Pascasarjana UIN Walisongo untuk diujikan dalam Sidang Ujian Tesis.

Wassalamu'alaikum wr. wb.

Pembimbing,



Dr. H. Sulaiman, M.Ag.
NIP:19730627200312 1003

MOTTO

وَإِذَا مَرِضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkan aku. (Q.S. Asy-Syu'ara/26:80).¹

¹Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahan*, (Jakarta: Darus Sunnah, 2015), (371).

ABSTRAC

This study reveals about Sufi healing, namely therapy in the literature on Sufism. This study focuses on behaviors associated with sufi healing or disease prevention, both physically and non-physically caused by various problems faced by humans. In the perspective of Sufis, the problems faced by humans are rooted in the heart, so in order to heal they need to be cleansed. The heart is the origin of all human activities. A healthy heart makes the activities of human behavior healthy too, and vice versa if the sick heart will cause individuals who have it to become sick. Therefore, Sufi healing is more emphasized on the health of the liver so that the liver can function optimally. This can be obtained through takhallī, taḥallī and tajallī which are carried out through training (riyāḍah) really (mujaḥadah) with guidance and direction from the murshid or therapist. In the framework of the process of riyā mujah and mujaḥadah a therapist needs to use Neuro Linguistic Programming (NLP) as a technique to facilitate the incorporation of Sufi values.

This type of research is qualitative, namely research that produces descriptive data in the form of written words. This research is a field study, namely research activities that examine data, documents, and oral sources through interviews, observation, and documentation. The analytical method used is descriptive-qualitative. While the data source that was extracted was how to apply NLP in the Sufi healing method at GRISS 99 Semarang. The results of this research show that NLP techniques such as rapport, meta model, meta program, and reframing have similarities with Sufi methods in the process of purifying the soul, namely riyāḍah and mujaḥadah through the process of takhallī, taḥallī and tajallī. With this technique the therapist more easily includes sufistic values such as patience, sincerity, resignation, and husnudzon.

Keywords: *Sufi healing, riyāḍah & mujaḥadah, nilai-nilai sufistik, NLP.*

ملخص

تكشف هذه الدراسة عن الشفاء الصوفي، أي العلاج في الأدب على الصوفية. تركز هذه الدراسة على السلوكيات المرتبطة بالشفاء الصوفي أو الوقاية من الأمراض، سواء جسدياً أو غير ما دي يسبب المشاكل المختلفة التي يواجهها الإنسان. من وجهة نظر الصوفية، فإن المشاكل التي يواجهها الإنسان متجذرة في القلب، لذا من أجل شفاها يجب تنظيفها. القلب هو أصل كل الأنشطة البشرية. إن القلب السليم يجعل أنشطة السلوك البشري صحية أيضاً، والعكس صحيح إذا كان القلب المريض سيسبب للأفراد الذين يصابون بهذا المرض. ولذلك، فإن الشفاء الصوفي أكثر تركيزاً على صحة الكبد حتى يتمكن الكبد من العمل على النحو الأمثل. ويمكن الحصول على هذا من خلال تخلي، وتحلي، وتحلي التي تتم من خلال التدريب الرياضية والمجاهدة مع التوجيه والتوجيه من المرشد أو المعالج. في إطار عملية رياضية ومجاهدة يحتاج المعالج إلى استخدام البرمجة اللغوية العصبية كتقنية لتسهيل دمج القيم الصوفية.

هذا النوع من الأبحاث نوعي، وهو البحث الذي ينتج بيانات وصفية في شكل كلمات مكتوبة. هذا البحث هو دراسة ميدانية، وهي أنشطة البحث التي تدرس البيانات والوثائق والمصادر الشفهية من خلال المقابلات والملاحظة والوثائق. الطريقة التحليلية المستخدمة هي النوع الوصفي. بينما كان مصدر البيانات الذي تم استخلاصه هو كيفية تطبيق البرمجة اللغوية العصبية في طريقة الشفاء الصوفية في شفافية صحية. تظهر نتائج هذا البحث أن تقنيات البرمجة اللغوية العصبية مثل العلاقة، والنموذج الفوقي، والبرنامج الفوقي، وإعادة التشكيل لها أوجه تشابه مع الطرق الصوفية في عملية تنقية النفس، وهي الرياضات والمجاهدة من خلال عملية التخلي والتعلي والتجالي. من خلال هذه التقنية، فإن المعالج يتضمن بسهولة أكثر القيم الميسرة مثل الصبر، والإخلاص، وتوكل، وحسنظان.

الكلمة: الشفاء الصوف، رياضة، مجاهد ، والبرمجة اللغوية العصبية.

PEDOMAN TRANSLITERASI ARAB-LATIN

Keputusan Bersama Menteri Agama dan Menteri P dan K

Nomor: 158/1987 dan Nomor: 0543b/U/1987

1. Konsonan

No.	Arab	Latin
1	ا	tidak dilambangkan
2	ب	b
3	ت	t
4	ث	ṡ
5	ج	j
6	ح	ḥ
7	خ	kh
8	د	d
9	ذ	ẓ
10	ر	r
11	ز	z
12	س	s
13	ش	sy
14	ص	ṣ
15	ض	ḍ

No.	Arab	Latin
16	ط	ṭ
17	ظ	ẓ
18	ع	‘
19	غ	g
20	ف	f
21	ق	q
21	ك	k
22	ل	l
23	م	m
24	ن	n
25	و	w
26	ه	h
27	ء	’
28	ي	y

2. Vokal Pendek

.... = a كَتَبَ kataba
 = i سَمِعَ su’ila

3. Vokal Panjang

... = ā قَال qāla
 ... = ī قِيلَ qīla

.... = u يَذْهَبُ yazhabu

أَوْ = ū يَقُولُ yaqūlu

4. Diftong

أَيَّ = ai كَيْفَ kaifa

أَوْ = au حَوْلَ ḥaula

Catatan:

Kata sandang [al-] pada bacaan syamsiyyah atau qamariyyah ditulis [al-] secara konsisten supaya selaras dengan teks Arabnya.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulisan tesis ini dapat diselesaikan seperti sekarang.

Shalawat dan salam selalu dihaturkan ke pangkuan Nabi Muhammad SAW, yang telah membimbing umatnya menuju jalan yang benar beserta sahabat-sahabat, keluarga dan para pengikut beliau hingga akhir zaman.

Tesis yang berjudul “*Sufi Healing dan Neuro Linguistic Programming* (Studi Terapi pada Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang)”, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Magister Strata Dua (S2) Pascasarjana UIN Walisongo Semarang.

Dalam penyusunan tesis ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan tesis ini dapat terselesaikan. Untuk itu, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. H. Muhibbin, M.Ag selaku Rektor UIN Walisongo Semarang.
2. Prof. Dr. H. Ahmad Rofiq, M.A selaku Direktur pascasarjana UIN Walisongo Semarang.
3. Dr. Mustofa, M.Ag., selaku ketua Prodi Studi Islam dan Dr. Ali Murtadlo, M.Pd., selaku sekretaris jurusan Studi Islam yang telah memberikan pengarahan.
4. Dr. H. Abdul Muhaya, M.A., selaku pembimbing I dan Dr. H. Sulaiman, M.Ag., selaku pembimbing II karena dengan bimbingan, pengarahan dan petunjuknya selama penyusunan tesis ini penulis mampu mengembangkan dan menyelesaikan penelitian ini.

5. Para dosen pengajar di lingkungan Pascasarjana UIN Walisongo Semarang yang telah mendidik, membimbing, sekaligus membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan tesis ini.
6. Keluarga dan rekan-rekan, yang selalu memberikan dukungan, motivasi, dan do'a kepada penulis untuk menyelesaikan tesis ini.

Semoga Allah SWT memberikan balasan yang terbaik kepada mereka yang telah memberi bantuan banyak dalam proses penelitian dan penulisan tesis ini. Dan semoga pembahasannya bermanfaat bagi segenap pembaca. Amin.

Semarang, 28 Januari 2019

Mamluatur Rahmah

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
NOTA PEMBIMBING	v
MOTTO	vii
ABSTRAK	xi
TRANSLITERASI	xv
KATA PENGANTAR	xvii
DAFTAR ISI.....	xix
DAFTAR TABEL	xx
DAFTAR GAMBAR	xxi
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	12
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	12
D. Kajian Pustaka	13
E. Metode Penelitian	18
F. Sistematika Pembahasan.....	23
BAB II : SUFI HEALING DAN NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING (NLP)	
A. Sufi Healing	23
1. Definisi Sufi Healing	23
2. Bentuk-bentuk Sufi Healing	27
3. Tasawuf sebagai healing (Tinjauan Psiconeuroimunologi)	30
4. Metode Sufi Healing	36

B. Neuro Linguistic Programming (NLP)	45
1. Definisi Neuroscince	45
2. Struktur dan Organisasi Otak Manusia.	46
3. Perbedaan Fungsi Otak Kanan dan Otak Kiri	49
4. Hubungan Otak dan Bahasa	50
5. Definisi Neuro Linguistic Programming (NLP) ..	54
6. Teknik-teknik berkomunikasi dalam NLP	58

BAB III : DISKRIPSI UMUM GRIYA SEHAT SYAFAAT (GRISS) 99 SEMARANG

A. Profil GRISS 99 Semarang	59
1. Sejarah GRISS 99 Semarang	59
2. Visi dan Misi	60
3. Pelayanan	61
4. Struktur Kepengurusan	62
5. Jam Kerja Karyawan	63
6. Prosedur Penanganna Pasien	63
7. Sarana dan Prasarana	65
B. Biografi dr. Mustamir.....	65
C. Teknik Penyembuhan GRISS 99 Semarang	67
D. Identifikasi Subjek Penelitian	70

BAB IV : ANALISIS PENERAPAN NLP SEBAGAI TEKNIK DALAM METODE SUFI HEALING DI GRISS 99 SEMARANG

A. Analisis NLP sebagai Teknik Sufi Healing di GRISS 99 Semarang	86
B. Analisis Penerapan NLP sebagai Teknik Sufi Healing di GRISS 99 Semarang	92

BAB V : PENUTUP

A. Kesimpulan	100
B. Saran	101

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN
RIWAYAT HIDUP

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Teknik-teknik komunikasi NLP
Tabel 2.1	Kerangka Teori
Tabel 3.1	Kerangka Teori Struktur Pengurus GRISS 99 Semarang
Tabel 3.2	Jam kerja karyawan GRISS 99 Semarang
Tabel 4.2	Identifikasi Subjek Penelitian GRISS 99 Semarang

DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2.1 GRISS 99 Semarang
- Gambar 2.2 Ruang Konsultasi GRISS 99 Semarang
- Gambar 2.3 Aplikasi *Rapport* di GRISS 99 Semarang

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dewasa ini terdapat fenomena menarik dalam dunia kesehatan. Berbagai sistem pengobatan muncul sebagai alternatif model penyembuhan, seakan mencoba menandingi kehebatan dan kecepatan dunia kedokteran yang semakin canggih dan mahal. Pengobatan alternatif dengan aneka metode begitu giat menawarkan diri, baik melalui model cetak, elektronik, maupun berbagai *road show* yang menakjubkan. Ada yang menyebut dirinya sebagai spesialis pengobatan herbal, pengobatan *holistik*, pengobatan spiritual, dan ada pula yang menyebut istilah *Sufi Healing*.¹

Rasulullah SAW telah mengajarkan berbagai macam model pengobatan atau penyembuhan. Diriwayatkan oleh Imam Bukhori bahwasanya,

مَا أَنْزَلَ اللَّهُ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً (رواه البخاري)

“Allah tidak menurunkan penyakit, melainkan Dia juga menurunkan obatnya.” (HR. Bukhori).²

¹M. Amin Syukur, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012), 3.

²Ahmed bin Ali bin Hajar al-Askalani, *Fath albari sharah sahih albukhari*, (Daralrrian lilturath 1407 AH / 1986 M).

Hadis tersebut mengandung pembelajaran agar manusia tetap berusaha dan tidak boleh berputus asa dalam memperoleh kesembuhan. Selain itu dalam al-Qur'an surat Yunus ayat 57, Allah SWT berfirman:

يَتَأْتِيَ النَّاسُ قَدْ جَاءَتْكُمْ مَوْعِظَةٌ مِّن رَّبِّكُمْ وَشِفَاءٌ لِّمَا فِي الصُّدُورِ وَهُدًى
وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ (٥٧)

Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk serta rahmat bagi orang-orang yang beriman. (Q.S. Yunus/10:57).³

Fenomena yang paling menarik dan semakin mendapat pengakuan dari masyarakat adalah penyembuhan sufi yang sebenarnya sudah tercipta sejak 1.400 tahun yang lalu.⁴ Penyembuhan sufi atau yang dikenal dengan istilah *sufi healing* berarti penyembuhan dengan menerapkan metode-metode yang digunakan oleh para sufi.

Pada dasarnya pengobatan terdiri dari dua bagian: pencegahan (*preventif*) dan penyembuhan (*healing*). Berkaitan dengan ini, Islam sangat memperhatikan kedua prinsip tersebut dengan memadukan manfaat keduanya dalam jasmani (fisik) dan rohani (spiritual) untuk memperoleh kesehatan tubuh dan keselamatan jiwa.⁵ Penyembuhan sufi

³Departemen Agama RI, *al-Quran dan Terjemahan*, (Jakarta: Syamil Cipta Media, 2005), 2002.

⁴Liputan 6, "Selesaikan Masalah Jiwa dengan Seni Penyembuhan Sufi," diakses 20 Desember 2018, <http://www.gogle.com/amp/s/m.liputan6.com>

⁵Sulaiman, *Sufi Healing, Penyembuhan Penyakit Lahiriah dan Batiniah Cara Sufi*, (Semarang: Karya Abadi Jaya, 2015), 5-6.

bertujuan dan bekerja dengan semua elemen. Mengintegrasikan dimensi fisik, mental, emosional, dan spiritual, dengan tujuan mengembalikan keseimbangan, keutuhan, dan kesatuan antara dunia fisik dan metafisik.⁶

Sejatinya penyembuhan sufi berfungsi sebagai terapi bagi persoalan yang dihadapi oleh manusia dengan tujuan mengembalikan manusia kepada fitrahnya dan lebih mendekatkan diri kepada Allah SWT.⁷ Dalam perspektif ahli sufi, persoalan yang dihadapi oleh manusia berakar dari hati. Hujat al-Islam Imam al-Ghazali menyatakan bahwa hati merupakan inti dari manusia, karena hati yang dilihat dan yang bertanggungjawab di hadapan Allah. Hati menjadi pusat dan hakekat manusia. Sehingga dapat dikatakan bahwa hati merupakan asal mula dari segala aktifitas manusia. Hati yang sehat menjadikan aktifitas perilaku manusia menjadi sehat pula, dan sebaliknya jika hati yang sakit maka akan menyebabkan individu yang memilikinya menjadi sakit. Nabi Muhammad SAW bersabda:

الْأَوَّلُ فِي الْجَسَدِ مُضْعَةٌ: إِذَا صَلَحَتْ صَلَحَ الْجَسَدُ كُلُّهُ, وَإِذَا فَسَدَتْ فَسَدَ الْجَسَدُ كُلُّهُ, أَلَا وَهِيَ الْقَلْبُ

“Ketahuilah bahwa dalam tubuh ada segumpal darah yang apabila ia baik maka tubuh akan baik pula, dan jika ia rusak maka tubuh akan rusak pula, ketahuilah itu adalah hati” (H.R. al-Bukhari & Muslim).⁸

⁶L O’riordian, *The Art of Sufi Healing*, (USA: M.T.O, Shahmaghsoudi Publications, 1999), 50.

⁷Waslah, “Peran Ajaran Tasawuf sebagai Psikoterapi Mengatasi Konflik Batin,” *Jurnal Lentera*, vol. 3, no. 1, Maret 2017.

⁸H.R Bukhori Muslim no.52 dan Muslim No. 1599.

Dari hadis ini diketahui bahwa hati merupakan substansi diri manusia. Manusia sehat dan sakit bagi kaum sufi lebih ditentukan oleh batin, bermasalah atau tidak bermasalah lebih bersifat batin pula. Oleh karena itu, *sufi healing* lebih ditekankan pada kesehatan hati agar hati dapat berfungsi secara optimal sehingga darinya lahir berbagai pengetahuan (*ma'rifat*) dan tersingkap berbagai rahasia. Melalui *ma'rifah* dan terbukanya rahasia ilahiyah maka seorang dapat memaknai setiap persoalan yang dihadapinya sebagai hadiah dari Allah dan bukan sebagai ujian apalagi siksaan dari Allah SWT. Kesadaran semacam ini hanya akan diperoleh melalui *takhallī*, *tahallī* dan *tajallī* yang dilakukan *salik* melalui pelatihan (*riyāḍah*) dengan sungguh sungguh (*mujāhadah*) dengan bimbingan dan arahan dari mursyid.

Takhallī bertujuan untuk menghilangkan tirai atau hijab penghalang yang menghalangi hati untuk mendapatkan pengetahuan tentang kebaikan yang ada pada persoalan yang berasal dari Dzat yang Maha pengasih dan penyayang. Bagi ahli sufi, kebenaran tidak pernah terhalangi oleh apapun, hanya saja manusialah yang terhalang untuk mengatahuinya.⁹ *Tahallī* bertujuan untuk membiasakan diri agar individu memiliki sensitifitas terhadap pelaksanaan hal-hal yang terpuji, sehingga kecenderungan tabiat yang dimilikinya lebih sensitif dalam menerima sinyal-sinyal positif (*waridat haqq*) dengan cara keluar dari sifat sifat kemanusiaan (*basyariyat*) yang bertentangan dengan sifat pengabdian kepada Allah (*ubudiyah*) sehingga dapat menjadi dekat

⁹Al-Ghazali Ihya 'Ulum al-din, Jilid III (Mesir: Isa al-Halabi, 1968), 59.

dengan Allah. *Tajallī* merupakan skill seorang salik yang telah berlatih dan terbiasa untuk memanifestasikan asma' dan sifat Allah yang harus dimiliki oleh salik dan dijadikan sebagai karakter mereka. Dengan kata lain, pada tahap *tajallī* ini seorang sufi memiliki kemampuan untuk berakhlak sebagaimana akhlak Allah (*al-takhaluq bi akhlaqillah*).¹⁰

Dalam proses melakukan *takhallī*, *tahallī* dan *tajallī* seorang salik membutuhkan pembimbing dan teman. Pembimbing (mursyid) berfungsi sebagai penunjuk, pengarah dan pengendali sekaligus memberikan peningkatan spiritulaitas salik yang menjadi muridnya. Sedangkan teman berfungsi sebagai penyemangat, penyerta, penolong dan bahkan kadang menjadi pengontrol dan pembanding dalam mengukur kemajuan seorang murid dalam menjalankan suluk. Oleh karena itu, para salik biasanya hidup dalam padepokan, pondok atau *khanqah* agar dalam menjalani proses kesufiannya secara lebih mudah. Dengan demikian proses tersebut tentunya sangat efektif dalam membantu penyembuhan sufi.

Penyembuhan sufi atau yang dikenal dengan istilah *sufi healing* semakin banyak digandrungi masyarakat. Masyarakat mulai mendatangi pengobatan yang menggunakan metode spiritual dalam penyembuhan penyakit, baik dalam upaya mendampingi dunia medis, maupun murni pengobatan. Alasannya sederhana, tergolong murah, bahkan gratis, bisa juga disebabkan oleh nilai *plus*-nya, yakni dapat meningkatkan keimanan dan ketakwaan. Namun yang pasti, era saat ini adalah era

¹⁰M. Jamil, *Cakrawala Tasawuf: Sejarah Pemikiran dan Kontekstualitas*, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2004), 39.

spiritual, dimana kebutuhan akan spiritual di kalangan masyarakat dunia sedang dalam taraf menggemerikan. Sehingga, wajar jika pengobatan yang bernuansa spiritual (seperti reiki, yoga, *sufi healing*, dll.) menjadi incaran para klien.¹¹

Dalam perkembangan ilmu pengetahuan, ditemukan bahwa nilai-nilai tasawuf dapat dijadikan sebagai penunjang dalam penyembuhan penyakit baik psikis maupun fisik (*sufi healing*). Samsul Bakri mengungkapkan bahwa penyembuhan ala tasawuf telah berkembang sejak lama, bahkan menjadi pola penyembuhan alternatif yang banyak diminati masyarakat.¹² Pada dasarnya tidak ada model tertentu yang menjadi patokan penyembuhan sufi. Secara garis besar, metode penyembuhan yang digunakan oleh para terapis sufi meliputi konsentrasi, meditasi, visualisasi, kesadaran sensoris, penghayatan, penyeimbangan resonansi magnetis, pernapasan yang sadar, gerakan terapeutik, ramuan-ramuan nutrisi, puasa, doa, dzikir dan nyanyian ringan. Amin Syukur mengungkapkan bahwa, inti dari seluruh metode-metode penyembuhan sufi adalah dzikir. Menurutnya, dzikir adalah pondasi dari setiap bentuk terapi sufi.¹³ Karena pada dasarnya tujuan dari terapi sufi adalah membimbing klien untuk kembali kepada Allah SWT dan senantiasa mengingatnya.

¹¹Syukur, *Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf*, *Jurnal Walisongo*, Vol. 20, No. 2, (2012).

¹²Syamsul Bakri, *The Power of Tasawuf Reiki: Sehat Jasmani Rohani dengan Psikoterapi Islami*, (Yogyakarta: Kanisius 1996), 45.

¹³Syukur, *Sufi Healing*, 100.

Zikir-zikir dan ritual-ritual sufi secara umum memunculkan energi positif yang datang dari Allah SWT, dan sangat bermanfaat bagi kesehatan, penyembuhan, spiritualitas, memperkuat energi akhlak, terhindar dari bahaya dan sebagai terapi jiwa.¹⁴ Melalui zikir, hati dan jiwa menjadi tenteram. Berbagai penyakit akan segera hilang dan jiwa akan berubah dari suatu keadaan ke keadaan lain. Di dalam al-Qur'an surat Ar-Ra'd ayat 28, Allah SWT berfirman:

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ (٢٨)

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram.”¹⁵

Menurut Amir an-Najr penyembuhan dengan metode sufistik bukan sekedar teori, namun lebih bersifat praktis. Semua perilaku sufistik dengan berbagai caranya, dapat menentramkan jiwa-jiwa yang lemah dan depresi.¹⁶ Pengalaman unik pernah dialami oleh R.N.L O'riordan, ia menjelaskan tentang perjumpaannya dengan tasawuf ketika ia sedang mengalami depresi berat akibat kehancuran dalam

¹⁴Syukur, *Tasawuf Sosial* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004), 49-54.

¹⁵Departemen Agama RI, *al-Quran dan Terjemahan*, (Jakarta: Syamil Cipta Media, 2005), 253.

¹⁶Amir an-Najr, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Study Komparatif dengan Ilmu Jiwa Komputer*, terj. Hasan Abrori, (Jakarta: Pustaka Azan, tt), 1.

keluarganya. Berkat bimbingan seorang sufi bernama Hazrat Slaheddin Ali Nader Shah Anha, ia berhasil keluar dari permasalahannya.¹⁷

Dengan demikian, penyembuhan sufi atau *sufi healing* dapat dikatakan sebagai penyembuhan cara Islami yang dipraktikkan oleh para sufi ratusan tahun lalu. Prinsip dasar penyembuhan ini adalah bahwa kesembuhan hanya datang dari Allah Yang Maha penyembuh, sedangkan para sufi sebagai terapis hanya bertindak sebagai perantara.¹⁸ *Sufi healing* merupakan salah satu cara yang digunakan oleh para sufi dalam pengobatan dan penyembuhan, dimana pengobatan dan penyembuhan tersebut menggunakan metode-metode yang berdasarkan keagamaan yaitu dengan membangkitkan potensi keimanan kepada Allah SWT, lalu menggerakkannya ke arah pencerahan batin atau pencerahan rohani yang pada akhirnya menimbulkan kepercayaan diri bahwa Allah SWT adalah satu-satunya kekuatan penyembuh dari penyakit yang dideritanya.¹⁹

Dalam hal ini, kemunculan *sufi healing* tidak bermaksud mengubah maupun mengganti pengobatan medis. Justru, *sufi healing* memiliki karakter dan fungsi untuk melengkapi. Jika diasumsikan suatu cara tertentu yang telah mapan mengandung berbagai kekurangan, maka hadirnya sebuah cara baru tentu saja penting karena diproyeksikan

¹⁷O'riordan, *The Art of Sufi Helaing*, 19-23.

¹⁸An-Najr, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*, (Bandung: Mizan Publika, 2004), 195.

¹⁹Gusti Abd. Rahman, *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2012), 5.

sebagai alternatif yang akan “menambal” kekurangan tersebut.²⁰ Sehingga, diakui atau tidak terapi pengobatan yang sifatnya alternatif, termasuk dalam hal ini *sufi healing* telah banyak dikenal di dunia pengobatan baik di Barat maupun di Timur.

Fenomena ini menunjukkan sebuah indikasi di dunia pengobatan (penanganan penyakit) untuk tidak hanya mengacu pada satu sudut pandang atau cara tertentu. Selalu ada kemungkinan bagi perkembangan pengetahuan menuju ke arah yang lebih baik. Baik melalui proses evaluasi, restorasi, rehabilitasi, dan sebagainya. Dan, dalam hal ini *sufi healing* tidak dimaksudkan untuk mengubah atau mengganti yang lama, tetapi dalam rangka melengkapi, menuju ke format yang lebih baik dan sempurna.²¹

Penyembuhan dengan metode *Sufi healing* dapat memberikan efek samping berupa ketakwaan, atau peningkatan iman. Ketika orang berobat dengan cara sufistik, maka sufisme itu akan menuntunnya ke jalan keimanan. Yakni merasakan ketenangan batin setelah berzikir atau melakukan shalat, sebab merasakan kehadiran Allah dari dalam dirinya. Kebutuhan spiritualitas akan semakin meningkat. Spiritualitas dalam pengobatan akan sangat dibutuhkan oleh masyarakat. Dengan demikian, maka jelaslah bahwa ada hubungan antara tasawuf dengan dunia kesehatan, baik fisik maupun psikis. Sehingga hal inilah yang mendasari penyembuhan penyakit melalui *sufi healing*. Efektifitasnya

²⁰Omar Ali-Shah, *Tasawuf sebagai Terapi*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002), 16-17.

²¹Omar Ali-Shah, *Terapi Sufi*, (Yogyakarta: Pustaka Sufi, 2004), xiv.

jelas, tampak pada kelebihan utama spiritualitas yang menenangkan, dan mengajak para klien untuk kembali pada fitrahnya, sebagai manusia yang terdiri dari unsur jasmani dan rohani.²²

Seperti halnya yang diterapkan oleh sebuah pengobatan Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang yang menggunakan penyembuhan sufi sebagai metode untuk menyembuhkan penyakit yang bersandar pada ajaran tasawuf, yang bertujuan untuk mengembalikan manusia kepada fitrahnya. Dalam hal ini *sufi healing* sebagai cara untuk pembebasan krisis spiritual, mengajak manusia mengenal dirinya sendiri, dan untuk lebih mengenal Tuhan.

GRISS 99 merupakan sebuah tempat pengobatan yang didirikan oleh seorang sarjana Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang. Visi GRISS 99 tidak lain adalah sebagai griya perawatan berdasarkan prinsip Alamiah, Ilahiah, dan Ilmiah. Menggunakan *Thibbun Nabawi* sebagai solusi utama dalam pemeliharaan kesehatan, pencegahan, dan penyembuhan penyakit.²³

Keutamaan pengobatan di GRISS 99 adalah pasien mampu menyadari, dengan sepełuh mungkin, hakikat dan tingkat ketidkaseimbangannya yang sangat mempengaruhi munculnya penyakit dalam tubuhnya. Kemudian, memulihkan keseimbangan pasien tersebut, untuk menyadari bahwa adanya tendensi bawaan organisme untuk menyembuhkan dirinya sendiri. Penyembuhan akan dilakukan oleh sistem jiwa/tubuh sendiri, terapis hanya memperkuat tubuh,

²²Syukur, *Sufi Healing*, 114.

²³Wawancara dengan dr. Mustamir pada 20 September 2018.

mendorong pasien, untuk mengembangkan kepercayaan diri dan suatu sikap mental yang positif, dan dapat menciptakan lingkungan kondusif bagi penyembuhan.²⁴ Dalam hal ini teknik terapi yang sangat relevan adalah dengan memadukan antara pendekatan medis dan tasawuf. Yakni lebih memilih menggunakan teknik *Neuro Linguistic Programming* (NLP) pada terapi untuk memasukkan nilai-nilai sufistik. NLP merupakan ilmu yang mempelajari struktur perilaku manusia, mempelajari bagaimana bahasa mampu mempengaruhi paradigma, cara berpikir, dan perilaku sehari-hari.

Selain memadukan dua pendekatan tersebut, GRISS 99 juga menggunakan terapi model timur. Diantaranya adalah terapi bekam, ruqyah, dan guruh. Dari beberapa terapi yang ditawarkan tersebut, dalam proses terapi pengobatan seluruhnya menggunakan teknik *Neuro Linguistic Programming* dalam rangka memasukkan nilai-nilai sufistik atau yang dikenal dengan metode *sufi healing*. Hal ini membuat masyarakat semakin yakin bahwa GRISS 99 Semarang menjadi solusi terbaik untuk tempat pengobatan.

Saat ini GRISS 99 telah memiliki 17 karyawan. Semua bekerja pada tugas masing-masing. Sehingga tidak heran jika jumlah pasien perbulannya mencapai ribuan. Jumlah pasien yang tidak kurang dari 2000 orang per bulannya, membuat GRISS 99 semakin ramai

²⁴Wawancara dengan dr. Mustamir pada 20 September 2018.

dikunjungi masyarakat yang ingin berobat sehingga penting untuk diteliti.²⁵

Bertolak dari uraian latar belakang diatas, tesis ini akan menganalisis tentang *Neuro Linguistic Programming* (NLP) sebagai teknik *sufi healing* dengan subyek penelitian di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.

B. Rumusan Masalah

1. Teknik NLP apa saja yang digunakan sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang?
2. Bagaimana penerapan NLP sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

1. Tujuan Penelitian
 - a. Mengetahui teknik-teknik NLP yang digunakan sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.
 - b. Menganalisis penerapan NLP sebagai teknik *sufi healing* di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.
2. Manfaat Penelitian
 - a. Secara akademis, penelitian ini dapat menjadi bahan pertimbangan atau sebagai perbandingan bagi penelitian lanjutan untuk mahasiswa jurusan Ilmu Agama Islam

²⁵Wawancara dengan dr. Mustamir pada 20 September 2018.

konsentrasi Etika Taswuf pada khususnya dan mahasiswa Pascasarjana UIN Walisongo Semarang pada umumnya, tentang *Sufi Healing* dan *Neuro Linguistic Programming*, dalam hal ini *Neuro Linguistic Programming* sebagai teknik dan penerapannya dalam metode *sufi healing* di GRISS 99 Semarang.

- b. Secara praktis, penelitian ini dapat menambah wawasan dan khazanah keilmuan terutama bagi mahasiswa UIN Walisongo Semarang, para praktisi kesehatan, dan umat Islam dalam mencari alternatif kesembuhan melalui cara islami. Dalam hal ini manfaat *Neuro Linguistic Programming* sebagai teknik dan penerapannya dalam metode *sufi healing*, berkesesuaian dengan etika tasawuf dan sumbangsih serta aktualisasinya dalam kehidupan sehari-hari, dalam bentuk metode terapi penyembuhan.

D. Kajian Pustaka

Artikel terbitan International Multidisciplinary Journal, Volume 3, Nomor 2, Mei 2015 berjudul *Implementing Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Students' Behavior: Research Done At Islamic Universities In Aceh* karya Salami. Artikel ini menjelaskan tentang implementasi praktik *Neuro Linguistic Programming* (NLP) dalam mengubah perilaku mahasiswa. Dalam penelitian ini perilaku yang diteliti adalah perilaku menyontek mahasiswa selama ujian akhir. Adapun hasilnya sebagai berikut: pertama, di Universitas

Muhammadiyah Banda Aceh, implementasi NLP dengan teknik membangun rasa kepercayaan (*rapport*) pada mahasiswa. Kedua, di STAIN Malikussaleh Lhoksemawe, implementasi NLP dengan teknik menyamakan lalu membimbing (*Pacing Leading*). Ketiga, di UIN Ar-Raniry, implementasi NLP dengan teknik kesetaraan kompleks (Milton Model)²⁶. Dalam penelitian ini tidak secara spesifik dan fokus membahas *sufi healing* dan *Neuro Linguistic Programming* (NLP), hal ini terlihat dari pembahasannya yang singkat. Namun artikel ini dapat diambil kesimpulan bahwa metode *Neuro Linguistic Programming* (NLP) sangat efektif untuk mengubah pikiran subjek yang dapat mempengaruhi perilaku.

Artikel terbitan Jurnal Fakultas Psikologi Volume 5, Nomor 2, Desember 2009 berjudul *Aplikasi Psikoterapi Neuro Linguistic Programming (NLP) dengan Intensifikasi Modalitas Positif Individu Berupa Perilaku Beibadah Terhadap Penyembuhan Gangguan Trauma* karya Bahril Hidayat. Sebagaimana artikel sebelumnya, artikel ini juga tidak secara spesifik dan fokus menjelaskan *sufi healing* dan *Neuro Linguistic Programming* (NLP). Dalam artikel ini, Bahril Hidayat menunjukkan bahwa peran pengalaman ibadah dalam menyembuhkan abnonormalitas dengan teknik NLP, khususnya teknik *Anchoring* bersamaan dengan mengaktivasi pengalaman beribadah individu. Sistem representasi individu yang menjadi peran perseptual dan masuk

²⁶Salami, "Implementing Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Student's Behavior: Research Done At Islamic Universities Aceh", *International Multidisiplinary Journal*, Vol. 3, No. 2, (2015).

ke dalam bawah sadar mempengaruhi perilaku individu. Hal ini lah yang menentukan normalitas individu menurut perspektif *Neruro Linguistic Programming* (NLP). Sementara itu, pengalaman beribadah tersebut difungsikan sebagai *modalitas* positif untuk mencapai *state* positif yang dibutuhkan dalam proses terapi NLP.²⁷ Perbedaan dengan artikel sebelumnya adalah pada lebih mendalamnya analisis tentang penerapan *Neuro Linguistic Programming* (NLP) terutama terhadap perilaku ibadah. Hasilnya menyimpulkan bahwa proses kesinambungan antara pendekatan terapeutik NLP dan keagamaan tersebut membuktikan adanya kesembuhan pada individu secara signifikan dalam sesi terapan dan waktu yang relatif cepat terhadap gangguan trauma.

Artikel terbitan Jurnal Risalah, Volume 26, Nomor 4, Desember 2015 berjudul *Pemanfaatan Konseling Neuro Linguistic Programming dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar*, karya M. Fahli Zatra Hadi & Zubaidah. Dalam artikel ini, penulis menyimpulkan bahwa tidak terdapat penerapan perilaku keagamaan dan NLP. Artikel ini hanya fokus membahas tentang manfaat konseling NLP dalam mengatasi kesulitan belajar siswa. Hal ini terlihat pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa NLP dapat mengendalikan dan membentuk pola pikir yang pada akhirnya dapat menyelesaikan kesulitan belajar siswa sekolah dasar serta mampu membentuk sikap dan kepribadian individu dalam menyikapi berbagai hal dengan pola bahasa yang sesuai

²⁷Bahril Hidayat, “Aplikasi Psikoterapi Neuro Linguistic Programming (NLP) dengan Intensifikasi Modalitas Positif Individu Berupa Perilaku Beribadah Terhadap Penyembuhan Gangguan Trauma”, *Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 5, No. 2, (2009).

dengan karakter individu, serta dapat membentuk pola hidup dan perilaku individu.²⁸

Tesis Rini Mastika Sari berjudul “*Neuro Linguistic Programming* (NLP) untuk Mengatasi Depresi pada Penyandang Tuna Daksa yang Mengalami Kecelakaan Lalu Lintas di BBRSD Surakarta” terbitan UMS Surakarta tahun 2012. Berbeda dengan artikel-artikel sebelumnya, penelitian ini fokus pada studi lapangan untuk menguji secara empiris pengaruh psikoterapi dengan pendekatan *Neuro Linguistic Programming* (NLP) terhadap depresi yang dialami penyandang tuna daksa di BBRSD Surakarta. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa uji perbedaan pretes-posttest, terdapat perbedaan signifikan antara skor depresi saat pretest dan saat posttest pada kelompok NLP diperoleh nilai signifikan sebesar 0,023 ($p < 0.05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa terapi NLP mampu menurunkan tingkat depresi pada subjek.²⁹

Penelitian yang dibukukan oleh David Wattimena dan Priatno H. Martoekoesomo (2011) berjudul “Spiritual Happiness (7 Kunci Menemukan Kebahagiaan Hidup dengan Metode NLP dan Tasawuf)”.³⁰

²⁸M. Fahli Zatra Hadi & Zubaidah, “Pemanfaatan Konseling Neuro Linguistic Programming dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar: *Jurnal Risliah*, Vol. 26, No. 4, (2011).

²⁹Rini Mustika Sari, “*Neuro Linguistic Programming* (NLP) untuk Mengatasi Depresi pada Penyandang Tuna Daksa yang Mengalami Kecelakaan Lalu Lintas di BBRSD Surakarta”. Tesis Program Magister Profesi Psikologi Bidang Klinis UMS, Surakarta, 2012.

³⁰David Watiimena & Priatno H. Martoekoesomo, *SPIRITUAL HAPPINESS (7 Kunci Menemukan Kebahagiaan Hidup dengan Metode NLP dan Tasawuf)*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2016), 322-325.

Hasil penelitian tersebut menjelaskan secara komprehensif tentang 7 kunci dari *Effortless Success* untuk mencapai kesuksesan dan kebahagiaan. 7 kunci tersebut adalah kekuatan diri, kekuatan diri yang bermakna, keyakinan yang kuat, tim kekuatan di dalam diri, pola pikir yang Woptimis, niat dan doa tujuan di pikiran bawah sadar, dan kebahagiaan spiritual dengan metode NLP dan ajaran Tasawuf. Dalam penelitian ini ajaran tasawuf yang ditekankan adalah rasa bersyukur atas nikmat dari Allah SWT. Mempunyai rasa bersyukur kepada Allah adalah sesuatu yang fundamental untuk kebahagiaan yang langgeng. Kesimpulannya adalah bahwa untuk mencapai sebuah kesuksesan dan kebahagiaan manusia harus mampu mengasah potensi yang telah diberikan Allah SWT dengan metode *Neuro Linguistic Programming* (NLP), dan Tasawuf.³¹

Dengan melihat kepada penelitian-penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa belum ada penelitian yang secara khusus dan rinci mengkaji mengenai penerapan *Neuro Linguistic Programming* dengan penyembuhan sufi (*sufi healing*). Berbeda dengan penelitian dalam tesis ini yang lebih fokus pada NLP sebagai teknik *sufi healing* yang merupakan fenomena baru dalam penyembuhan penyakit.

E. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

³¹Watiimena & Priatno H. Martokoesomo, *SPIRITUAL HAPPINESS*, 326.

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif. Penelitian kualitatif merupakan suatu metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah, dengan ketentuan peneliti sebagai instrumen kunci dan temuan-temuannya tidak diperoleh melalui prosedur statistik atau hitungan lainnya.³² Dilihat dari lokasi dimana seorang peneliti melakukan penelitian terbagi menjadi tiga, yaitu penelitian perpustakaan (*library research*), penelitian lapangan (*field research*), dan penelitian laboratorium (*laboratory research*). Penelitian ini tergolong penelitian lapangan (*field research*). Menurut Lexy J. Moleong, penelitian lapangan dianggap sebagai salah satu metode untuk mengumpulkan data kualitatif. Oleh karena itu peneliti akan berpartisipasi langsung ke lapangan untuk melakukan observasi.³³

2. Pendekatan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan linguistik. Pendekatan linguistik adalah pendekatan yang fokus utamanya adalah struktur bahasa, sedangkan tujuan dan objek utamanya adalah bagaimana orang menggunakan bahasa untuk berkomunikasi. Dalam hal ini bahasa digunakan sebagai pengungkap afeksi atau emosi.³⁴

Penelitian ini melingkupi peran *Neuro Linguistic Programming*

³²Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, ((Bandung: Alfabeta, 2009), h. 9-10.

³³Lexy J. Moleong, *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007), 26.

³⁴J.M.W Verhar, *Asas-asas Linguistik Umum*, (Yogyakarta: Gadjah Mada University Press, 1996), 13.

sebagai teknik dalam metode *sufi healing*. *Neuro Linguistic Programming* (NLP) merupakan bentuk praktik psikologi yang digunakan sebagai pendekatan pemberdayaan kemampuan kekuatan pikiran manusia melalui pendekatan linguistik dengan seperangkat teknik-teknik yang praktis sangat efektif dan maksimal yang dapat diaplikasikan secara nyata dalam berbagai bidang.

Tabel 1.1 Teknik-teknik komunikasi *Neuro Linguistic Programming* (NLP):

No.	Konsep	Deskripsi	Aplikasi
1.	<i>Rapport</i>	Hubungan keakraban dengan klien	<i>Pacing-leading, matching, dan mirroring</i>
2.	Meta Model	Teknik bertanya	<i>Deletion, Distortion, & Generalization</i>
3.	Meta Program	Program yang digunakan dalam sistem pikiran dan tubuh untuk melakukan input dan memproses	Temukan <i>outcome</i> , identifikasi meta program kunci, identifikasi hierarki kriteria, identifikasi harapan

informasi.

- | | | |
|---------------------|------------------------|--|
| 4. <i>Reframing</i> | Mengubah sudut pandang | <i>Context</i>
<i>Reframing dan Content</i>
<i>Reframing</i> |
|---------------------|------------------------|--|

Maka, dari teknik-teknik NLP inilah yang akan digunakan oleh peneliti pada saat turun di lapangan.

3. Sumber Data

a. Sumber Primer

Sumber primer adalah data yang diambil dari sumber asli yang berkaitan dengan penelitian. Data primer penelitian ini bersumber dari dr. Mustamir dan klien Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.

b. Sumber Sekunder

Sumber sekunder merupakan sumber-sumber lain yang berkaitan dengan objek pembahasan. Sumber sekunder penelitian ini adalah karya-karya ilmiah yang pernah mengkaji tentang Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang, serta karya ilmiah lainnya yang berkaitan dengan *sufi healing* dan *Neuro Linguistic Programming*.

4. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data pada penelitian ini terdiri dari jenis data dan fungsi data penelitian. Proses pengumpulan data penelitian ini, penulis menggunakan wawancara mendalam, observasi dan dokumentasi.

a. Wawancara

Wawancara pada penelitian ini terdiri dari wawancara terstruktur dan tidak terstruktur. Wawancara terstruktur dilakukan dengan menggunakan instrumen pedoman wawancara tertulis yang berisi pertanyaan yang akan diajukan kepada informan. Sedangkan wawancara tidak terstruktur dilakukan secara alamiah untuk menggali ide dan gagasan informan secara terbuka dan tidak menggunakan pedoman wawancara.³⁵ Wawancara akan penulis lakukan dengan dr. Mustamir dan pasien Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.

b. Observasi

Observasi dalam penelitian ini didasarkan atas pengamatan secara langsung. Observasi diarahkan pada kegiatan memerhatikan secara akurat, mencatat fenomena yang muncul, dan mempertimbangkan hubungan antar aspek dalam fenomena tersebut.³⁶ Dalam penelitian ini penulis akan

³⁵Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013), h. 162-163

³⁶Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, h. 143.

menggali informasi tentang penerapan *Neuro Linguistic Programming* sebagai teknik dalam metode *sufi healing*.

c. Dokumentasi

Dokumentasi merupakan teknik pengumpulan data dengan cara memperoleh informasi dari bermacam-macam sumber tertulis, gambar, atau karya-karya monumental dari responden atau tempat, dimana responden bertempat tinggal atau melakukan kegiatan sehari-harinya.³⁷ Data tersebut dapat diperoleh dengan mengumpulkan dokumen-dokumen, foto-foto, dan rekaman, yang sesuai dengan pembahasan penelitian ini.

5. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian ini adalah di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99, kompleks Masjid Agung Jawa Tengah, yang berada di jalan Gajah Raya Semarang, No. 101, Area Perkantoran Masjid Agung Jawa Tengah. Adapun nomor telepon yang dapat dihubungi adalah 085743419894. Sedangkan, waktu pelaksanaan penelitian yaitu bulan Desember 2018.

6. Analisis Data

Untuk membuat analisis data, penelitian ini menggunakan metode deskriptif-analistik yang di dalamnya terkandung dua proses. Tahap pertama dilakukan ketika pengumpulan data. Dalam tahap ini, penulis menyusun data yang diperoleh dari hasil wawancara,

³⁷Sugiyono, *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D*, h. 270

observasi dan dokumentasi untuk dipetakan dan dikelompokkan sesuai permasalahan yang dibahas dalam penelitian ini. Data yang diperoleh dari tahap pertama ini yang nantinya akan dianalisis menggunakan teori pada tahap kedua. Sedangkan tahap kedua pada penelitian ini dilakukan setelah data teristematika dengan baik sehingga data dalam proses wawancara siap dianalisis menggunakan dua teori yaitu *sufi healing* dan *Neuro Linguistic Programming*.

F. Sistematika Pembahasan

Agar pembahasan lebih terarah dan mudah dipahami, penelitian ini dikelompokkan menjadi lima bab pembahasan. Masing-masing bab terdiri dari sub bab yang saling berkaitan satu sama lain, sehingga diperoleh pemahaman yang utuh dan padu. Dengan demikian terbentuklah suatu kesatuan sistem penulisan karya ilmiah yang linier, sehingga dalam pembahasan nanti nampak adanya suatu sistematika yang mempunyai hubungan yang logis dan komprhensif. Pembahasan pada tiap-tiap bab dapat dikemukakan sebagai berikut:

Bab I, berisi pendahuluan yang meliputi: latar belakang, berupa paparan persoalan yang mendorong dilakukannya penelitian. Latar belakang penelitian ini membahas tentang gambaran teori dan realita.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dilakukan perumusan masalah. Berpijak pada rumusan masalah, disusun tujuan penelitian. Bab ini berisi tinjauan pustaka, yakni penelitian lain yang pernah dilakukan yang berkaitan dengan *sufi healing* dan NLP. Berikutnya, disusun metode penelitian yang berisi jenis dan pendekatan penelitian,

sumber penelitian, teknik pengumpulan data, tempat dan waktu penelitian, serta analisis data. Bab pertama ini merupakan informasi umum mengenai masalah yang akan dibahas dalam bab-bab selanjutnya.

Bab II, berisi teori utama tentang *sufi healing* dan *Neuro Linguistic Programming*. Bab ini mendeskripsikan tentang *sufi healing* (meliputi definisi dan metode *sufi healing*) dan *Neuro Linguistic Programming* (NLP) yang meliputi definisi NLP dan teknik-teknik NLP.

Bab III, deskripsi umum tentang Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99. Bab ini terbagi menjadi tiga sub-bab. Sub-bab pertama menjelaskan tentang profil GRISS 99 (meliputi sejarah GRISS 99, visi dan misi, pelayanan, struktur kepengurusan, jam kerja karyawan, prosedur penanganan pasien, sarana dan prasana. Sub-bab kedua tentang metode penyembuhan di GRISS 99, sub-bab ketiga tentang identifikasi subjek penelitian berdasarkan wawancara, observasi dan dokumentasi di lapangan.

Bab IV, Deskripsi dan Analisis Data. Bab ini menjelaskan tentang analisis NLP sebagai teknik dalam metode *sufi healing* dan penerapan NLP sebagai teknik dalam metode *sufi healing* di GRISS 99 Semarang.

Bab V, berisi penutup, yang meliputi kesimpulan dan saran. Penyimpulan merupakan jawaban dari pertanyaan penelitian, yang diambil dari hasil analisis pada bab IV.

BAB II

SUFI HEALING DAN NEURO LINGUISTIC PROGRAMMING

(NLP)

A. *Sufi Healing*

1. Definisi *Sufi Healing*

Sufi Healing terbentuk dari dua kata yaitu Sufi dan *Healing*. Kata sufi diartikan sebagai seorang atau lebih yang berupaya atau mengupayakan orang lain untuk berhubungan langsung dengan Tuhan. Sedangkan *healing*, berasal dari *heal*. Dalam bahasa Inggris kata *heal* mempunyai beberapa pengertian. Pertama, membuat utuh atau sempurna; memulihkan kesehatan; bebas dari penyakit; kedua, menuju suatu akhir atau konklusi. Misalnya konflik-konflik antar perorangan, kelompok, dan sebagainya, yang menyebabkan adanya pemulihan persahabatan dari konflik terdahulu; rekonsiliasi; ketiga, bebas dari sifat-sifat buruk; membersihkan; memurnikan; keempat, akibat suatu obat.¹

Berdasarkan pengertian tersebut *sufi healing* dapat diartikan sebagai model terapi alternatif atau penyembuhan fisik atau psikis yang dilakukan dengan mengambil praktik-praktik dan nilai-nilai tasawuf

¹R.NL. O'riordan, *Seni Penyembuhan Alami, Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*, , terj. Sulaiman Al-Kumaiyi dari judul Asli *The Art of Sufi Healing*, (Bekasi: Gugus Press, 2002), 41.

sebagai sarana pengobatan atau pencegahan.² Terapi ini sebenarnya telah cukup lama dikenal masyarakat, yakni sejak Islam dan sufisme berkembang. Namun, belakangan rujukan ilmiah mengenai sistem pengobatan ini baru ditemukan para ahli dengan mengkategorikannya ke dalam ranah psikologi, yaitu psikologi transpersonal, dimana kesadaran menjadi salah satu kajian. Dalam ilmu kedokteran juga dikenal dengan istilah *psikoneuroimunologi*, yang menyatakan bahwa adanya keterkaitan antara pikiran dengan tubuh.³ Hal inilah yang menyebabkan asal-muasal munculnya penyakit terletak dalam pikiran.⁴

James Allen dalam bukunya *As A Man Thinketh* mengungkapkan bahwa pikiran yang sakit, akan mewujudkan tubuh yang sakit. Orang yang hidup dihindangi rasa takut akan penyakit, maka yang demikian itu akan mendapatkan penyakit. Rasa cemas dengan menjalar keseluruh tubuh dan membuatnya rentan terjangkitnya penyakit. Sementara, pikiran kotor, meskipun tidak diwujudkan secara fisik, akan segera menghancurkan sistem saraf.⁵ Oleh karena itu, obat-obatannya adalah obat kesadaran, dan cara mereka mengobati penyakit menusuk materi tubuh dan masuk lebih dalam, ke dalam inti pikiran.⁶

²Omar Ali-Shah, *Tasawuf Sebagai Terapi*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002) 17.

³M. Amin Syukur, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012), 71.

⁴Shaykh Hakim Moinuddin Chishti, *The Book of Sufi Healing*, (New York: Inner Traditions International, 1985), 16.

⁵James Allen, *As A Man Thinketh With An Introduction by Tony Nutley*, (UKCPD Press, 2008), 5.

⁶Deepak Chopra, *Quantum Healing*, (New York: Bantam Books, 1989), 3.

Bagi kaum sufi, penyembuhan merupakan salah satu pengejawentahan diri dalam rangka melaksanakan *rahmatan lil 'ālamīn*. Dalam menyalurkan daya penyembuhan mereka tidak terikat oleh sistem atau metodologi yang sama. Karena masalah teknis mereka didapatkan lewat pengalaman unik mereka masing-masing di dalam proses penemuan diri. Bahkan sering terjadi di luar rencana dan kesengajaan mereka.⁷

Selain itu, kaum sufi juga menganggap bahwa *sufi healing* telah dilakukan sejak mereka memasuki tahap *al-bidāyah* (permulaan), yaitu memasuki beberapa tahap kesufian, yakni *takhallī* (pengosongan jiwa dari segala sesuatu yang merusak), *taḥallī* (pengisian jiwa dengan segala sesuatu yang mulia), *tajallī* (menemukan apa yang dicari dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari). Kemudian *riyāḍah* dan *mujāhadah*, melalui *maqāmāt* dan *aḥwāl*). Lalu sampailah pada *nihāyah* (akhir pencarian). Para sufi menyebutnya *nihāyah* ini sebagai *maqām* terakhir, yaitu *wuṣul* (pencapaian), *iḥsān* (perbuatan yang baik), atau *fanā'* (ketidakkekalan). Orang yang telah sampai pada manzilah ini dinamakan ahl *al-'irfān*. Namun bagi orang awam, banyak jalan yang bisa ditempuh untuk melakukan *healing* sufistik. Jalan-jalan tersebut antara lain sama dengan apa yang dilakukan oleh kaum sufi, yakni dengan melalui cara zikir, shalat, membaca ṣalawat, dan mendengarkan musik.⁸

⁷Sulaiman, *Sufi Healing: Penyembuhan Penyakit Lahiriah dan Batiniyah*, (Semarang: Karya Abadi Jaya, 2015), 4.

⁸Syukur, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, 72.

Cara-cara tersebut sangat berpengaruh untuk menunjang penyembuhan penyakit. Dengan ketentuan proses penyembuhan dilakukan dengan bimbingan seorang guru atau terapis. Beberapa latihan yang digunakan dalam penyembuhan Sufi diarahkan untuk memperoleh medan energi yang stabil, seimbang dan menyatu dalam segala level, sehingga membantu mencapai keseimbangan tersebut. Dasar penyembuhan terletak dalam sumber kehidupan yang berada di hati dan dalam koneksi spiritual.⁹

Menurut Amin Syukur, inti dari *sufi healing* terletak pada zikir-nya, baik dalam arti sempit maupun dalam arti yang lebih luas. Oleh karena itu, segala kegiatan *sufi healing*, berpusat dan bertumpu pada zikir kepada Allah dengan berbagai macam bentuknya. Dalam psikologi transpersonal, hal ini dapat diukur melalui teori kesadaran, dengan metode serta bimbingan seorang guru. Semua yang dilakukan tidak lain kecuali harus didasari dengan mengingat dan merasakan, akan kehadiran Allah SWT.¹⁰ Dengan demikian manusia harus mengidentifikasi eksistensi diri dengan ciri-ciri ketuhanan melalui pensucian jiwa raga yang bermula dari pembentukan pribadi yang bermoral paripurna dan berakhlak mulia. Hal ini dilakukan dalam rangka *takhallī* dan *taḥallī* demi mencapai *tajallī* dalam fase-fase sufistik.¹¹

⁹O'riordan, *Seni Penyembuhan Alami*, 50-51.

¹⁰Syukur, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, h. 72-73.

¹¹Moch, Sya'roni Hasan, "Tasawuf Akhlaqi dan Implikasinya dalam Pendidikan Agama Islam", *Jurnal Urwatul Wutsqo*, Vol. 5, No. 2 (2016).

Peranan dari pandangan kaum sufi, akhlak dan sifat seseorang sebenarnya bergantung pada jenis jiwa yang berkuasa atas dirinya. Jika yang berkuasa dalam tubuhnya adalah nafsu-nafsu hewani, maka perilaku yang akan terwujud adalah perilaku hewani pula. Sebaliknya, jika yang berkuasa adalah nafsu insani, maka perilaku yang akan terwujud adalah insani pula. Untuk menjawab problem psikologis, tasawuf mengajarkan tentang hidup yang bahagia. Hidup bahagia haruslah hidup dengan sehat baik secara fisik maupun batin. Dengan hidup bahagia maka konflik batin tidak akan pernah didapatkan. Hal ini dikarenakan kebahagiaan yang tercipta akan membuang secara keseluruhan pikiran-pikiran yang bersifat batin.¹²

2. Bentuk-bentuk *Sufi Healing*

Menurut O'riordan, ada empat bentuk penyembuhan sufi (*sufi healing*) yaitu mental, hipnotis, magnetis, dan spiritual.¹³ Berikut ini cara kerja penyembuhan sufi dilihat dari sisi informasi ilmiah dan teknisnya:

a. Penyembuhan Mental (Mental Healing)

Mental *healing* menggunakan sarana otak sebagai objek utama sekaligus subjek penyembuhan. dalam konsepsi *psikoneuroimmunology* (PNI) dijelaskan bahwa pikiran (*mind*), emosi (*emotion*), dan tubuh (*body*). Dihubungkan oleh sebuah

¹²Waslah, "Peran Ajaran Tasawuf sebagai Psikoterapi Mengatasi Konflik Batin", *Jurnal At-Turats*, Vol. 11, No. 2, (2017).

¹³O'riordan, *Seni Pnyembuhan Alami*, 51-99

jaringan kerja “ajaib” syaraf-syaraf dan sel-sel yang menyusun sistem kelenjar endoktrin, sistem kekebalan dan susunan syaraf. Kelenjar endoktrin ditemukan pada setiap hormon yang dihasilkan dan berfungsi sebagai *neurotransmitter* (antena syaraf). Hormon-hormon seperti estrogen, progesteron, testetern, insulin, epinefrin, tiorksin, dan endorphin, serta jumlah nama lainnya, seluruhnya terlibat dalam komunikasi antar sel. Berbagai penelitian secara jelas menunjukkan bahwa sikap-sikap, pikiran-pikiran dan emosi setiap orang berkaitan erat dengan penyakit, kesehatan dan penyembuhan.

b. Penyembuhan hipnotis (*hypnotic healing*)

Hipnotis adalah suatu bentuk keadaan *atentif* (penuh perhatian) dan konsentrasi dimana seseorang sangat responsif terhadap saran. Hipnotis berupa saran dalam berbagai bentuknya, telah digunakan selama berabad-abad untuk mereduksi kegagalan, mengubah perilaku dan membentuk prosedur-prosedur pembedahan. Saat ini secara meluas telah digunakan dalam penyembuhan bagi perokok, pecandu obat-obatan, kehilangan keseimbangan, kehilangan kontrol, respon imun, kegelisahan *phobia-phobia*. Teknis-teknis yang digunakan hipnotis Barat secara tipikal memasukkan induksi keadaan kesadaran yang berubah, yang sering disebut keadaan tidak sadarkan diri (*trance*). Metode-metode yang sering digunakan dalam hipnoterapi adalah sebagai berikut: saran-

saran (*suggestion*), kepercayaan/keimanan (*placebo effect*), dan visualisasa (*imaginary*).¹⁴

c. Penyembuhan Magnetik (*magnetic healing*)

Teori gelombang partikel dalam fisika menunjukkan bahwa dunia yang mengitari manusia merupakan ruangan utama dan sebuah koleksi gelombang, yang berinteraksi dalam medan-medan energi tubuh manusia juga merupakan ruang utama dan fokus utama yang darinya gelombang membentuk koalisi gelombang dan tampil sebagai bentuk padat dalam ralitas fisik. Kedokteran secara konstan menggunakan medan-medan elektromagnetik dalam peralatan *diagnostic*. *Elektrodiagram* (EKG) mengukur medan elektrik dalam janutng manusia, dan *elektroensepalogram* (EEG) mengukur aktivitas elektrik dalam otak. Perasaan sakit yang hebat sering diperkecil atau dieliminasi melalui penggunaan impuls-implus elektrik yang terfokus pada rintangan jalan-jalan syaraf yang membawa pesan kesaktian.

d. Penyembuhan Spiritual (*spiritual healing*)

Penyembuhan spiritual merupakan sesuatu yang bersifat kebatinan atau dengan pendekatan kejiwaan, berdasarkan pada kepasrahan terhadap kekuatan yang lebih tinggi dan mengatasi keterasingan dengan sang pencipta.¹⁵ Penyembuhan spiritual tidak hanya sekedar sebuah pengalaman fisik murni, atau

¹⁴Syukur, *Sufi Healing*, 96.

¹⁵Syukur, *Sufi Healing*, 96.

bahkan pengalaman mental. Penyembuhan spiritual adalah menemukan komunikasi batin dengan sesuatu yang lebih besar, jauh lebih besar dari pada sesuatu yang di dunia ini.¹⁶

3. Tasawuf sebagai *Healing* (Tinjauan Psikoneuroimunologi)

a. Hubungan antara Pikiran dan Fisik dalam tinjauan psikoneuroimunologi

Secara bahasa psikoneuroimunologi merupakan gabungan dari empat kata, yaitu kata psiko (jiwa), neuro (syaraf), dan immuno (kekebalan), logi (ilmu). Dengan demikian psikoneuroimunologi dapat diartikan sebagai salah satu cabang ilmu kesehatan yang mempelajari sistem kekebalan tubuh baik dari perspektif ilmu jiwa maupun ilmu syaraf.¹⁷ Kegiatan psikoneuroimunologi ini mempelajari hubungan proses psikososial dan aktifitas syaraf, kelenjar, dan kekebalan tubuh. Sistem ini membentuk sistem umpan balik. Syaraf dan sistem endoktrin mengirimkan sinyal-sinyal dalam bentuk neurotransmitter dan hormon yang meningkatkan atau sebaliknya mengurangi sistem kekebalan tubuh. Selanjutnya dalam bentuk sel kekebalan tubuh yang menghasilkan kimiawi tertentu yang memberikan informasi pada otak. Secara sistemik, otak berfungsi sebagai pengendali dan pusat kontrol dari sistem

¹⁶Syukur, *Sufi Healing*, 97.

¹⁷Graha Masyarakat Ilmiah Kedokteran (GRAMIK) UNAIR, *Psikoneuroimunologi Kedokteran*, (Surabaya: 2005), 3

kekebalan yang dimiliki oleh tubuh manusia. Jika kekebalan tubuh menurun dan berkurang, maka individu tersebut akan rentan terhadap penyakit. Dan begitu pula sebaliknya, jika kekebalan tubuh meningkat, maka individu akan kebal dan sulit terserang penyakit.¹⁸

Pada dasarnya orang yang sedang stress pertama kali yang diserang bukanlah aspek jasmani, melainkan lebih pada aspek psikologis. Akan tetapi, bila sistem imunitas yang ada dalam tubuh tidak kuat, maka orang yang dalam keadaan stress akan menderita sakit secara jasmani; seperti merasa capek, pegal linu, pusing dan bahkan jantung berdebar-debar. Dalam kajian ilmu kedokteran baik stress maupun rasa sakit keduanya akan menurunkan sistem kekebalan tubuh. Kiecolt Glaser dan Glaser dalam bukunya menyimpulkan bahwa orang yang memperoleh dukungan sosial dalam hidupnya, seperti dukungan dari keluarga, masyarakat dan temannya, hidupnya cenderung memiliki tingkat kekebalan tubuh yang lebih tinggi daripada orang-orang yang tidak dapat mendapat dukungan dari lingkungannya. Dengan demikian, kondisi psikologis seseorang secara langsung sangat dipengaruhi oleh jiwa (mind) dan tubuh (body).¹⁹ Dari sini pula dapat diketahui bahwa ketika sebelum dioperasi pasien merasa cemas dan takut hasilnya cenderung

¹⁸GRAMIK UNAIR, *Psikoneuroimunologi Kedokteran*, 4.

¹⁹P. Satiadarma Monty, *Terapi Musik*, (Jakarta: Melenia Populer, 2002), 153-154.

kacau, pendarahan, infeksi, komplikasi dan lama sembuhnya. Sebaliknya, pasien yang tenang pada saat menghadapi operasi hasilnya jauh lebih baik.²⁰

Mind and Body Relationship pada dasarnya sudah dibicarakan Filsuf Yunani yaitu pada periode Hipocrates. Ironisnya konsep ini ditinggalkan dalam pengembangan ilmu kesehatan. Namun, setelah ilmuan menemukan berbagai bukti yang menguatkan hubungan tersebut, hubungan antara rohani dan jasmani mulai hangat dibicarakan lagi ,utamanya dalam penyakit kejiwaan.

Judith Ortoff dalam bukunya *Guiede to Intuitive Healing*, menyatakan bahwa tidak ada suatu kehidupan yang beridiri secara tunggal, karena itu seseorang tidak boleh menyederhanakan penyakit jiwa secara terpisah dengan hal-hal lain yang diluar aspek fisik. Semua kehidupan di alam raya mampu merasakan getaran-getaran semesta, karena itu orang yang sakit tidak dapat dianalisis dari aspek fisiknya saja, tetapi juga harus dicermati aspek psikologisnya. Sebab antara fisik dan psikis merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan, bahkan keduanya merupakan bagian dari ekosistem yang tidak dapat dipisahkan dari alam raya ini. Selain itu, kemampuan

²⁰Wijayakusuma Hembing dkk, *Penyembuhan Melalui Do'a*, (Jakarta: Toko Gunung Agung, 2003), 19.

mental seseorang sangat potensial untuk menyembuhkan penyakit yang tampaknya sangat sulit disembuhkan.²¹

b. Perilaku Sufistik dan Imunitas

Pikiran manusia sangat berpengaruh pada kesehatan fisik seseorang, sebab dalam pandangan *neurscience* pikiran manusia akan secara langsung mempengaruhi pusat emosi dan pusat emosi akan mempengaruhi sistem hormonal fisik yang berpengaruh pada kecenderungan untuk sehat dan berperilaku sehat dan seterusnya akan menyebabkan fisik yang sehat pula. Secara psikologis orang yang menjalankan tasawuf secara utuh dapat meningkatkan imunitas tubuh. Sebab, seorang sufi hanya berkesadaran baha hidup adalah sesuatu yang indah dan mengasikkan, serta harus dijalani dengan emosi positif yang dibangun atas fondasi cinta kepada Allah dan segala ciptaanNya.²²

Orang yang melakukan dan mengamalkan ajaran tasawuf memiliki kondisi mental yang sehat serta rileks dalam mengarungi kehidupan. Sebab, kehidupan dunia bagi sufi merupakan taman tempat untuk menyemmai cinta kepada Allah. Cinta tersebut harus dibangun dari berprasangka baik, menerima, pasrah, menyerah dan rela atas apa saja yang telah diberikan oleh Allah kepada hambanNya. Dalam kondisi yang demikian pikiran mereka terhindar dari stresor yang

²¹Monty, *Terapi Musik*, 154-155.

²²Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi* , 68.

membahayakan sistem kekebalan tubuh yang tinggi, sehingga tidak mudah terserang oleh penyakit.²³

Dalam kehidupan nyata orang sufi hidup dalam kondisi yang rileks yang disebabkan oleh perasaan bebas yang dimilikinya dari keterkaitan material. Mereka terbebaskan karena hati mereka telah kosong dan hanya terisi oleh Allah, dengan kehidupan yang penuh suka cita. Kondisi yang demikian sangat berpengaruh pada imunitas tubuh terhadap serangan penyakit. Pola hubungan antara keduanya selintas dari luar tampak interkoneksi, karena kesehatan fisik akan berakibat pada kesehatan badan dan sebaliknya badan akan mempengaruhi kesehatan jiwa.²⁴

Dalam hal ini antara perilaku tasawuf dengan imunitas (daya kekebalan) tubuh manusia sangat berkaitan. Perilaku dan cara fakir sufistik, seperti *tawakkal*, *taslim*, *rida* dan lain sebagainya dapat meningkatkan imunitas tubuh, karena kesehatan tubuh sangat ditentukan oleh keseimbangan produksi hormon dan kelenjar dalam tubuh. Produksi tersebut ternyata sangat berkaitan erat dengan kondisi mental. Jika orang memiliki pikiran dan perilaku yang sehat, maka produksi hormon dan kelenjar dalam tubuh akan seimbang dan harmonis,

²³Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi*, 79.

²⁴Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi*, 84.

sehingga imunitas orang tersebut menjadi meningkat.²⁵ Hal ini menunjukkan bahwa antara imunitas dengan perilaku tasawuf sangat berkaitan erat terhadap serangan penyakit, sebab ajaran taasawuf selalu bertujuan untuk menciptakan cara berpikir yang positif dan berperilaku yang sehat.²⁶

Dalam perspektif psikoneuroimunologi hubungan antara perilaku sufistik dan kesehatan jiwa merupakan hubungan sebab dan akibat. Dengan kata lain, kondisi mental seseorang akan menentukan kesehatan jasmaninya. Hal ini dibuktikan bahwa kebanyakan pasien yang mengeluh sakit lebih disebabkan oleh kondisi mental mereka yang sakit. Selain itu, sakit biasanya disebabkan oleh terganggunya fungsi dan sistem tubuh yang banyak dipengaruhi oleh hormon dan kelenjar tubuh. Pusat kendali produksi hormon dan kelenjar berada pada *master gland* yang letaknya sangat dekat dengan pusat kesadaran manusia. Sehingga pikiran dapat mempengaruhi dan bahkan menentukan produksi hormon dan kelenjar tersebut. Selain itu, pengalaman mistik yang diperoleh orang sufi pada saat melakukan perilaku sufistik memiliki pengaruh yang sangat kuat dalam membentuk cara pandang

²⁵Abdul Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi*, (Laporan hasil Penelitian IAIN Walisongo Semarang, 2006), 11

²⁶Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi* , 12.

seseorang dalam kehidupan ini. Sehingga secara mental, mereka akan menjadi orang yang memiliki mental yang kuat.²⁷

4. Metode *Sufi Healing*

a. Riyāḍah

Riyāḍah artinya latihan rohani untuk menyucikan jiwa dengan memerangi keinginan-keinginan tubuh. Tujuan riyāḍah adalah untuk mengontrol diri, baik jiwa maupun tubuh, agar roh tetap suci.²⁸ Riyāḍah haruslah dilakukan secara sungguh-sungguh dan penuh dengan kerelaan. Riyāḍah merupakan sarana untuk mengantarkan seseorang pada penyempurnaan diri. Bagi orang sufi riyāḍah merupakan sarana untuk mengantarkan dirinya lebih lanjut pada tingkat kesempurnaan, yaitu mencapai hakikat.²⁹ Proses yang dilakukan adalah dengan jalan melakukan pembersihan atau pengosongan jiwa dari segala sesuatu selain Allah (takhallī), kemudian menghiasi jiwanya dengan zikir, ibadah, beramal saleh dan berakhlak mulia (taḥallī), serta proses mendapat penerangan dari *nur* gaib, sebagai hasil dari pengosongan dan pengisian jiwa (tajallī).

1) *Takhallī*

Takhallī atau penarikan diri. Seorang hamba menginginkan dirinya dekat dengan Allah haruslah menarik diri dari segala

²⁷Muhaya, *Pola Hubungan antara Tasawuf dan Psikoneuroimunologi*, 85.

²⁸Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994), 17.

²⁹Al-Aziz, A. Moh, Saifullah, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Terbit Terang, 1998), 104.

sesuatu yang mengalihkan perhatiannya dari Allah. *Takhallī* terdiri dari mawas diri, pengekangan segala hawa nafsu dan mengkosongkan hati dari segala sesuatu, kecuali dari diri yang dikasihi yaitu Allah SWT.³⁰

Takhallī berarti memersihkan diri dari sifat-sifat tercela dan dari kotoran penyakit hati yang merusak. Hal ini akan dapat dicapai dengan jalan menjauhkan diri dari kemaksiatan dengan segala bentuk dan berusaha melepaskan dorongan hawa nafsu.

2) *Tahallī*

Tahallī berarti berhias. Maksudnya adalah membiasakan diri dengan sifat dan sikap serta perbuatan yang baik. Berusaha agar dalam setiap gerak perilaku selalu berjalan diatas ketentuan agama, baik kewajiban luar maupun kewajiban dalam ketaatan lahir maupun batin. Ketaatan lahir seperti : shalat, puasa, zakat, haji, dan lain sebagainya. Sedangkan ketaatan batin, seperti : iman, ihsan, dan lain sebagainya.³¹

Tahallī merupakan tahap pengisian jiwa yang telah dikosongkan pada tahap *takhallī*. Dengan kata lain, sesudah tahap pembersihan diri dari segala sifat dan sikap mental yang baik dapat dilalui, usaha itu harus berlanjut terus ketahap berikutnya, yaitu *tahallī*. Pada dasarnya jiwa manusia bisa dilatih, dikuasai, diubah, dan dibentuk sesuai dengan kehendak

³⁰ Abu al-Wafa' Al-Ghanimi al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, (Bandung: Pustaka, 1997), 187.

³¹ al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, 187.

manusia itu sendiri. Dari satu latihan akan menjadi kebiasaan, dan kebiasaan akan menghasilkan kepribadian. Sikap mental dan perbuatan lahir yang sangat penting diisikan dalam jiwa dan dibiasakan dalam perbuatan dalam rangka pembentukan manusia paripurna, menurut Al-Ghazali dalam kitab *Ihya Ulumuddin* maqamat terdiri dari *taubat*, *ṣabar*, *faqr*, *zuhud*, *tawakkal*, *mahabbah*, *ma'rifat* dan *riḍa*.³²

a) *Taubat*

Amin an-Najjar berpendapat bahwa seorang yang melakkan tabat *naṣuḥa*, ikhlas karena Allah, maka orang tersebut telah memperbaiki dan meluruskan jalan hiduonya, menuju tujuan yang lebih sempurna dna lebih baik. Dengantaubat seorang telah mencuci apa yang mengotori jiwanya dari golongan syahwat dan kecenderungannya kepada kesenangan jasmaniah semata. Setelah ia bertaubat dari melakukan dosa-doasa kecil sampai besar, maka dirinya telah berjihad denga jihad yang besar, disamping dirinya selalu berjuang untuk melawan kehendak jiwanya yang tampil dengan perilaku kontradiktif.³³

b) *Ṣabar*

Ṣabar berarti menanggung penderitaan yang mencakup tiga hal yaitu: menanggung penderitaan karena

³²al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, 187

³³Amir, An-Najar, *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Study Komparatif dengan Ilmu Jiwa Komputer*, terj: Hasan Abrori, (Jakarta: Pustaka Azzan, 2001), 223.

menjalankan ibadah yang sesungguhnya, menanggung penderitaan karena taubat dan berusaha menjauhkan diri dari perbuatan maksiat baik lahir maupun batin. Di antara bermacam-macam sabar adalah kesabaran terhadap perintah dan larangan-Nya. Di pihak lain, sabar dikaitkan dengan musibah seperti pendapat Abu Muhammad al-Jarir yang menyatakan bahwa sabar adalah suatu kondisi yang tidak berbeda antara mendapat nikmat dan mendapat cobaan.³⁴

c) *Faqr*

Istilah *faqr* dalam tasawuf memiliki panangan yang berbeda sesuai dengan pengalman masin-masing sufi. Definisi *faqr* dalam perwujudan ubudiyah dan kebutuhan terhadap Allah dalam segala macam keadaan. Makna ini lebih tinggi dari sebutan fakir, sebba hal ini merupakan hakikat ubudiyah dan intinya. Yahya bin Mu'adz pernah ditanya tentang definisis kefakiran, maka dia menjawab, “hakikatnya dalah tidak membutuhkan kecuali Allah semata. Bentuknya ialah meniadakan semua sebba”. Pendpat dari ahli tasawuf bahwa rukun kefakiran ada 4 macam: ilmu yang membisikkan, wara; yang

³⁴Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisisme Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1995), 68.

mengekangnya, keyakinan yang membebaninya dan zikir yang menyertainya.³⁵

d) *Zuhud*

Zuhud secara bahasa artinya tidak ingin. Orang yang zuhud disebut zahid.³⁶ Zuhud adalah bebasnya hati dari keterkaitan hal-hal yang bersifat duniawi dan materi.³⁷ *Zuhud* juga dimaknai sebagai sikap mental menjauhi dunia untuk akhirat.³⁸ Makna zuhud bukan berarti melarikan diri dari dunia, melainkan menghadapi dunia, bahwa dunia hanyalah sarana bukan tujuan utama. *Zuhud* adalah mencari keseimbangan jiwa antara nilai-nilai ruhani dan kebutuhan materi.³⁹

e) *Tawakkal*

Tawakkal secara bahasa adalah pasrah kepada Allah terhadap seluruh pekerjaan, sedangkan secara istilah adalah pasrah kepada seluruh yang diwajibkan Allah dan menjauhi dari segala yang haram.⁴⁰

f) *Mahabbah*

³⁵Ibn al-Qayyim al-Jauzi, *Madārij as-Sālikīn bainā Manāzil Iyyāka Na'budd wa Iyyāka Nasta'in*, (Beirut: Dārul-Kutub al'Imiyah, tth), 314-315.

³⁶Hamka, *Tasawuf: Perkembangan dan Pemurniannya*, (Jakarta: Panjimas, 1994), 68.

³⁷Al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, terj: Uamr Faruq, (Jakarta: Pustaka Amani, 2013), 155.

³⁸Syukur, *Sufi Healing*, 59.

³⁹Syukur, *Zuhud di Abad Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997), 179.

⁴⁰Al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, 62.

Secara etimologi *mahabbah* mengandung beberapa arti, antara lain: berish, putih, tinggi dan jelas, tetap dan kukuh, biji tumbuh-tumbuhan, bejana besar biji hati, buah hati, dan sebagainya.⁴¹ Menurut Ibnu Atha'illah, *mahabbah* merupakan maqam yang harus dilalui oleh seorang salik untuk wuṣul kepada Allah. Selanjutnya ia mengemukakan bahwa ada empat tingkatan *mahabbah*, yaitu: *mahabbah* untuk Allah, *mahabbah* karena Allah, *mahabbah* dengan Allah, dan *mahabbah* dari Allah.

g) *Ma'rifah*

Ma'rifah berasal dari kata *arafa*, *ya'riuf*, *irfan* wa *ma'rifatan*, yang artinya pengetahuan atau pengalaman. Menurut Dzunnun al-Mishry, *ma'rifah* berarti mengetahui Tuhan sehingga hati sanubari dapat melihatnya. Ibnu Atha'illah membagi *ma'rifah* menjadi dua, yaitu umum dan khusus. *Ma'rifah* umum yaitu mengenali Allah yang diwajibkan kepada seluruh makhluk-Nya, lalu memuji dengan pujian yang sesuai dengan keadaan masing-masing. Sedangkan *ma'rifah* khusus, yaitu pengenalan yang lahir dari *musyahadah* yang karenanya orang arif mengenal sifat, nama, dan perbuatan Allah. Al-Ghazali membagi *m'arifah* menjadi 3, yaitu mengetahui rahasia-rahasia Allah,

⁴¹In'amuzahidin Masyhudi, *Mukasyafah dalam Tasawuf: Studi Pemikiran Mukasyafah Ibn Atha' Allah al-Sakandari*, Desertasi (Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah, 2010), 195.

seserang yang teah sampai pada tingkat berada dekat dengan Allah, dan *ma'rifah* yang datang sebelum *mahabbah*.⁴²

h) *Rida*

Rida berarti sikap menerima atas pemberian Allah dibarengi dengan sikap menerima ketentuan hukum syari'at secara ikhlas dan penuh ketaatan serta menjauhi dari segala macam kemaksiatan baik lahir maupun batin.⁴³

3) *Tajalli*

Tajalli bermakna pencerahan atau penyingkapan. Suatu term yang berkembang di kalangan sufisme sebagai sebuah penjelamaan, perwujudan dari yang tunggal. Sebuah pemancaran cahaya batin, penyingkapan rahasia Allah, dan pencerahan hati hamba-hamba saleh.⁴⁴

Tajalli adalah tersingkapnya tirai penyekap dari alam gaib, atau proses mendapat penerangan dari *nur* gaib, sebagai hasil dari suatu meditasi. Dalam

sufisme, proses tersingkapnya tirai dan penerimaan *nur gaib* dalam hati seorang mediator disebut *Al-Hal*, yaitu proses

⁴²Anwar dan Sholihin M, *Kamus Tasawuf* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 192-130.

⁴³Al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, 102.

⁴⁴al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, 187.

pengahayatan gaib yang merupakan anugrah dari Tuhan dan diluar adikuasa manusia.⁴⁵

Tajallī berarti Allah menyingkapkan diri-Nya kepada makhluk-Nya. Penyingkapan diri Tuhan tidak pernah berulang secara sama dan tidak pernah pula berakhir. Penyingkapan diri Tuhan itu berupa cahaya baatiniyah yang masuk ke hati. Apabila seseorang bisa melalui dua tahap *takhallī* dan *tahalli* maka dia akan mencapai tahap yang ke tiga, yakni *tajallī*, yang berarti lenyap atau hilangnya hijab dari sifat kemanusiaan atau terangnya *nur* yang selama itu tersembunyi atau *fana`* segala sesuatu kecuali Allah, ketika tampak wajah Allah.

Tajallī, merupakan tanda-tanda yang Allah tanamkan di dalam diri manusia supaya ia dapat disaksikan. Setiap *tajalli* melimpahkan cahaya demi cahaya sehingga seorang yang menerimanya akan tenggelam dalam kebaikan. Jika terjadi perbedaan yang dijumpai dalam berbagai penyingkapan itu tidak menandakan adanya perselisihan diantara guru sufi. Masing-masing manusia unik, oleh karena itu masing-masing *tajalli* juga unik. Sehingga tidak ada dua orang yang merasakan pengalaman *tajalli* yang sama. *Tajalli* melampaui kata-kata. *Tajalli* adalah ketakjuban.⁴⁶

⁴⁵Mustafa Zuhri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1995), 122.

⁴⁶Zuhri, *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, 123.

b. Mujāhadah

Mujāhadah artinya bersungguh-sungguh dalam mengekang hawa nafsu.⁴⁷ Hawa nafsu yang dimiliki oleh setiap manusia merupakan hasrat untuk memperoleh kenikmatan badani.⁴⁸ Mujāhadah merupakan syarat seseorang memiliki akhlak yang mulia.⁴⁹ Mujāhadah pada dasarnya merupakan inti dari ajaran tasawuf. Mujāhadah melatih diri seseorang untuk tidak condong kepada manisnya pujian dan rasa sakit akibat celaan.⁵⁰ Dengan demikian mujāhadah merupakan suatu tindakan perlawanan terhadap hawa nafsu, dengan cara memerangi semua sifat dan perilaku buruk supaya jiwa menjadi bersih, sehingga dapat memperoleh pengetahuan yang hakiki tentang Allah dan kebesaranNya. Dalam Q.S Al-Ankabut ayat 69 dinyatakan bahwa,

“Dan orang-orang yang berjihad untuk (mencari keridhaan) Kami, benar-benar akan Kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan kami dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik”.

Dalam hal ini Al-Ghazali mengibaratkan manusia sebagai sebuah kerajaan. Dengan menempatkan jiwa sebagai rajanya, tubuh sebagai wilayahnya, serta alat indera dan anggota badan lainnya

⁴⁷M. Subkhan Anshori, *Tasawuf dan Revolusi Sosial*, (Kediri: Pustaka Azhar, 2011), 139.

⁴⁸Jalaludin Rakhmat, *The Road to Allah*, (Bandung: Mizan, 2007), 205.

⁴⁹al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, terj: Ibnu Ibrahim, (Jakarta: Republika, 2012), 205.

⁵⁰al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, 130.

sebagai tentaranya. Seorang Raja selalu berusaha membawa manusia ke jalan yang baik dan ridhai Allah. Sebaliknya, hawa nafsu dan sifat marah selalu mengajak manusia ke jalan yang sesat dan dimurkai Allah. Agar terciptanya kebahagiaan dalam kerajaan (diri manusia), kekuasaan raja berada di atas kekuasaan hawa nafsu dan sifat marah. Kalau sebaliknya yang terjadi, pertanda kerajaan itu akan runtuh dan binasa.⁵¹

B. *Neuro Linguistic Programming* (NLP)

1. Definisi *Neuroscience*

Neurosains berasal dari dua kata *neuro* yang berarti sistem saraf dan *science* yang berarti ilmu. Jadi, *neurosains* adalah ilmu yang mempelajari tentang perilaku manusia dengan memberi perhatian pada sistem saraf, terutama otak.⁵² *Neurosains* sebagai sebuah ilmu yang mempelajari tentang otak manusia sudah berlangsung sejak zaman Yunani dahulu. Akan tetapi *neurosains* berdiri menjadi sebuah disiplin ilmu sekitar tahun 70-an. Yakni sejak berdirinya *society for neuroscience* di Amerika.⁵³

Otak merupakan permata dari mahkota tubuh manusia. Dengan kekuatan dan *keajaiban* otak, manusia bisa menemukan berbagai hal yang dapat dinikmati. Penemuan tersebut, mulai tingkat molekuler atau

⁵¹Al-Ghazali, *Ihya Ulum Al-Din*, Juz 8, (Beirut : Dar al-Fikr, 1980), 11-12.

⁵²Taufik Pasiak, *Tuhan dalam Otak Manusia*, (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2012), 337.

⁵³Pasiak, *Tuhan dalam Otak Manusia*, 338.

atom, pengobatan berbagai penyakit, penemuan berbagai teknologi canggih hingga kemampuan manusia menembus tata surya bahkan di masa depan galaksi. Semua itu karena peran dari keajaiban otak manusia, sebagai pusat intelegensi, berpikir, berkesadaran, berinovasi, juga atas fungsi otak sebagai pusat penerjemah pancaindera manusia. Bahkan, semua sistem organ manusia (seperti: jantung, paru-paru, hati, usus, ginjal, dan lain sebagainya) berada dalam kontrol dan regulasi sistem otak.⁵⁴

Prinsip-prinsip dasar *neuroscience*, dimaksudkan untuk memberikan pemahaman yang sangat mendasar tentang cara kerja sistem syaraf manusia. *Neuroscience* adalah bidang yang mempelajari secara khusus sistem syaraf dalam tubuh makhluk hidup. Ilmu *neuroscience*, merupakan ilmu modern yang berinteraksi dengan seluruh konsep kehidupan, yang secara khusus menggabungkan kedua ilmu biologi dan humaniora.⁵⁵

2. Struktur dan Organisasi Otak Manusia

Sistem syaraf merupakan pusat keputusan dan komunikasi tubuh. Sistem syaraf terdiri dari dua bagian utama, yaitu: *spinal cord* dan otak. Sedangkan otak terdiri dari empat bagian, yaitu: *cerebrum* (otak besar), *cerebellum* (otak kecil), *brainstem* (batang otak) dan *limbic system* (sistem limbik).⁵⁶

⁵⁴Ikrar, *Ilmu Neurosains Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2015), 2-3.

⁵⁵Taruna Ikrar, *Ilmu Neurosains Modern*, 4.

⁵⁶Tri Budianingsih, Peran Nerurolinguistik dalam Pengajaran Bahasa, *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Volume 3, Nomor 2, September 2015.

a. *Cerebrum* (Otak Besar).

Cerebrum adalah bagian terbesar dari otak manusia yang juga disebut dengan nama *Cerebral Cortex*, *Forebrain* atau Otak Depan. *Cerebrum* merupakan bagian otak yang membedakan manusia dengan binatang. *Cerebrum* membuat manusia memiliki kemampuan berpikir, analisis, logika, bahasa, kesadaran, perencanaan, memori dan kemampuan visual. Kecerdasan intelektual atau IQ juga ditentukan oleh kualitas bagian ini. *Cerebrum* terdiri dari empat bagian yaitu: *lobus frontal*, *lobus parietal*, *lobus temporal*, dan *lobus occipital*. Selain empat bagian tersebut, *Cerebrum* juga dibagi menjadi dua *Hemisfer* (belahan), yaitu *hemisfer* kanan dan *hemisfer* kiri. Kedua belahan itu terhubung oleh kabel-kabel syaraf di bagian bawahnya. Secara umum, belahan otak kanan mengontrol sisi kiri tubuh, dan belahan otak kiri mengontrol sisi kanan tubuh. Otak kanan terlibat dalam kreatifitas dan kemampuan artistik. Sedangkan otak kiri untuk logika dan berpikir rasional.

b. *Cerebellum* (Otak Kecil)

Cerebellum terletak di bagian belakang kepala, dekat dengan ujung leher bagian atas. *Cerebellum* mengontrol banyak fungsi otomatis otak, diantaranya: mengatur sikap atau posisi tubuh, mengontrol keseimbangan, koordinasi otot dan gerakan tubuh. Otak Kecil juga menyimpan dan melaksanakan serangkaian gerakan

otomatis yang dipelajari seperti gerakan mengendarai mobil, gerakan tangan saat menulis, gerakan mengunci pintu dan sebagainya.⁵⁷

c. *Brainstem* (Batang Otak)

Brainstem berada di dalam tulang tengkorak atau rongga kepala bagian dasar dan memanjang sampai ke tulang punggung atau sumsum tulang belakang. Bagian otak ini mengatur fungsi dasar manusia termasuk pernapasan, denyut jantung, mengatur suhu tubuh, mengatur proses pencernaan, dan merupakan sumber insting dasar manusia yaitu *fight or flight* (lawan atau lari) saat datangnya bahaya.

d. *Limbic System* (Sistem Limbik)

Sistem limbik terletak di bagian tengah otak, membungkus batang otak ibarat kerah baju. Limbik berasal dari bahasa latin yang berarti kerah. Bagian otak ini sama dimiliki juga oleh hewan mamalia sehingga sering disebut dengan otak mamalia. Komponen limbik antara lain *hipotalamus*, *thalamus*, *amigdala*, *hipocampus* dan korteks limbik. Sistem limbik berfungsi menghasilkan perasaan, mengatur produksi hormon, memelihara *homeostasis*, rasa haus, rasa lapar, dorongan seks, pusat rasa senang, metabolisme dan juga memori jangka panjang. Bagian terpenting dari Limbik Sistem adalah *Hipotalamus* yang salah satu fungsinya adalah bagian memutuskan mana yang perlu mendapat perhatian dan mana yang tidak. Misalnya lebih memperhatikan anak sendiri dibanding dengan anak orang yang tidak dikenal. Hal ini terjadi karena setiap manusia

⁵⁷Budianingsih, *Peran Neurolinguistik dalam Pengajaran Bahasa*, 2015.

punya hubungan emosional yang kuat dengan anak sendiri. Begitu juga, ketika membenci seseorang, malah sering memperhatikan atau mengingatkan. Hal ini terjadi karena punya hubungan emosional dengan orang yang dibenci.

3. Perbedaan Fungsi Otak Kanan & Otak Kiri.

Otak besar atau *cerebrum* yang merupakan bagian terbesar dari otak manusia adalah bagian yang memproses semua kegiatan intelektual, seperti kemampuan berpikir, menalar, mengingat, membayangkan, serta merencanakan masa depan. Perbedaan dua fungsi otak sebelah kiri dan kanan akan membentuk sifat, karakteristik dan kemampuan yang berbeda pada seseorang.⁵⁸

Otak kiri berfungsi dalam hal-hal yang berhubungan dengan logika, rasio, kemampuan menulis dan membaca, serta merupakan pusat matematika. Beberapa pakar menyebutkan bahwa otak kiri merupakan pusat *Intelligence Quotient* (IQ). Sementara itu otak kanan berfungsi dalam perkembangan *Emotional Quotient* (EQ). Misalnya sosialisasi, komunikasi, interaksi dengan manusia lain serta pengendalian emosi. Pada otak kanan ini pula terletak kemampuan intuitif, kemampuan merasakan, memadukan, dan ekspresi tubuh, seperti menyanyi, menari, melukis dan segala jenis kegiatan kreatif lainnya.⁵⁹

⁵⁸Subiyono dkk, *Afirmasi Visualisasi dan Kekuatan Pikiran Hypnosis Meta NLP*, (Yogyakarta: K-Media, 2015), 29.

⁵⁹A Aminul Wathon, Neurosains dalam Pendidikan, *Jurnal Lentera*, Volume 14, Nomor 1, Maret 2016.

Latihan-latihan dalam kelas-kelas penyembuhan sufi bertujuan untuk memberi semangat perkembangan dan penggunaan belahan otak kanan *spatial-metaphorical*, agar menyimpan keseimbangan kesehatan dan kebutuhan. Ketika seseorang dengan sepenuhnya menggunakan kedua belahan *frontal cortex*, maka dapat memfungsikannya lebih efisien dan efektif. Dalam hal ini kegembiraan emosional mempengaruhi sistem kekebalan. Perasaan-perasaan kesepian berkaitan erat dengan reduksi jumlah sel-sel-T pembunuh, sel-sel yang berfungsi menyerang dan merusak organisme-organisme penyusup yang merusak.⁶⁰

Sufi healing dapat membantu persoalan yang berhubungan dengan jiwa. Ia membantu menemukan kebenaran dan membantu mengungkap evolusi jiwa serta pertumbuhan ke arah kesucian (*divinity*). Dalam kehidupan fisik, seseorang memiliki kesempatan berpartisipasi dalam proses evolusioner dan takdir. Sebagian besar terikat “membangkitkan kembali” (*reharsing*) masa lalu maupun “melatih lagi” (*rehearsing*) masa depan demi mencari kebahagiaan.⁶¹

4. Hubungan Otak dan Bahasa

Untuk mengetahui hubungan bahasa dengan otak melalui sudut pandang *neurolinguistic*, akan dijelaskan mengenai pengertian bahasa. Bahasa adalah alat verbal yang digunakan untuk berkomunikasi. Bahasa adalah suatu sistem simbol lisan yang arbitrer yang dipakai oleh

⁶⁰O’riordian, *Seni Penyembuhan Alami*, 61.

⁶¹O’riordian, *Seni Penyembuhan Alami*, 71.

anggota suatu masyarakat bahasa untuk berkomunikasi dan berinteraksi antar sesamanya, berlandaskan pada budaya yang mereka miliki bersama.⁶²

Neuro linguistic pada hakikatnya merupakan penggabungan *neurologi* yaitu ilmu kedokteran yang mengkaji sistem syaraf, dimana *neuro* berarti saraf otak dan *linguistic* adalah ilmu yang mengkaji bahasa. Kedua pihak, baik ahli bahasa (linguis) dan ahli saraf (neurology) sepakat untuk menggabungkan dua disiplin ilmu yang berbeda ini karena sebenarnya penyakit bertutur yang berhubungan dengan bahasa merupakan bahan kajian *neurologi* pula dan sebaliknya. *Neurolinguistic* jika dirunut dari awal adanya merupakan sub disiplin dari cabang *linguistic* bernama psikolinguistik. Keduanya tetap memiliki keterkaitan erat hanya saja *concern* keduanya ini berbeda.

Tugas utama *neurolinguistic* adalah untuk menerapkan data-data klinik penyakit bertutur untuk memaparkan mekanisme fisiologi dan *neuropsikologi* yang mendasari penyakit bertutur itu agar dapat merumuskan satu pandangan yang menyeluruh mengenai patologi ucapan dan bahasa.⁶³

Kushartanti dkk, menyatakan bahwa kajian *neurolinguistic* juga merupakan kajian yang berupaya memahami kerja otak untuk memproses kegiatan berbahasa sebagaimana psikolinguistik hanya saja fokusnya berbeda. Jika psikolinguistik fokus pada pemerolehan bahasa anak serta mencoba memahami perspektif proses komprehensi dan/atau produksi bahasa yang terjadi di otak manusia, *neurolinguistic* berfokus

⁶²Budianingsih, *Peran Neurolingistik dalam Pengajaran Bahasa*, 2015.

⁶³Budianingsih, *Peran Neurolingistik dalam Pengajaran Bahasa*, 2015.

pada upaya untuk membuat sebuah model *neural* program yang merupakan rekonstruksi kerja otak dalam memproses kegiatan bicara, mendengar, membaca, menulis, dan berbahasa isyarat.⁶⁴ Dengan demikian *neurolinguistic* fokus pada kajian bahasa yang dapat mempengaruhi kerja otak

Neurolinguistic lebih berkecimpung dalam memahami kesulitan berbahasa atau gangguan berbahasa, yang mencakup kegiatan berbicara, mendengar, membaca, menulis, dan berbahasa isyarat yang mengganggu kemampuan berkomunikasi. Termasuk dalamnya gangguan berbahasa karena bisu dan tuli sejak lahir. Semua ini memerlukan kerja sama yang erat antara dokter ahli syaraf dan ahli linguistik.⁶⁵

Pusat bahasa manusia terletak di hemisfer kiri. Hal ini didasarkan oleh penelitian yang pernah dilakukan oleh Wernicke dan Broca pada tahun 1800-an yang menemukan *lesi* (kerusakan) pada bagian otak sebelah kiri (bagian *lobus frontal* dan *temporal*) pada pasiennya masing-masing. Hasil otopsi tersebut sampai saat ini dikenal dengan penyakit bernama *afasia* Broca dan *afasia* Wernicke.⁶⁶

Simanjuntak mengolaborasikan dua teori tentang bahasa dan otak yang diambil dari dua tokoh utama bidang psikolinguistik dan neurolinguistik. Teori yang pertama adalah dari Wernicke yang terungkap pada akhir abad ke-19. Teori Wernicke telah terbukti sebagai

⁶⁴Kushartati dkk, *Pesona Bahasa: Langkah Awal Memahami Linguistik*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007), 238.

⁶⁵Kushartati dkk, *Pesona Bahasa: Langkah Awal Memahami Linguistik*, 239.

⁶⁶Mangantar Simanjuntak, *Teori Linguistik Chomsky dan Teori Neurolinguistik Wernicke*, (Jakarta: Gaya Media Pratama,tt), 22.

satu teori yang paling baik yang telah berhasil menerangkan hakikat pusat bahasa di belahan kiri otak.⁶⁷

Hal ini berdasarkan pada: Medan Broca (Broca's Area) terletak di depan daerah korteks belahan otak sebelah kiri. Di dalam daerah korteks (Medan Broca) ini terletak representasi motor untuk muka, lidah, bibir, lelangit, lipatan vokal atau pita suara dan lain-lain yang semuanya termasuk alat-alat ucapan. Medan Broca mengandung rumus-rumus yang dapat mengubah atau mengkode yang didengar ke dalam bentuk artikulasi dengan kata lain untuk diucapkan. Proses pengkodean ini sangat rumit. Medan Wernicke terletak dekat representasi korteks pendengaran, juga di belahan otak sebelah kiri. Medan Wernicke ini terlibat dalam pengenalan pola-pola bahasa ucapan. Proses pengenalan ini juga sangat rumit. Medan Broca dan Medan Wernicke dihubungkan oleh Busur Fasikulus yang mencerminkan antar ketergantungan kedua medan ini. Kerusakan pada Medan Wernicke akan mengakibatkan kegagalan untuk memahami bahasa ucapan (lisan). Kerusakan pada Medan Broca akan mengakibatkan kegagalan memproduksi bahasa ucapan. Karena bahasa tulisan dipelajari melalui bahasa lisan, satu kerusakan pada Medan Wernicke akan menghilangkan juga pemahaman bahasa tulisan. Kerusakan pada Medan Wernicke juga akan mengakibatkan kekacauan pada produksi bahasa lisan.⁶⁸

23. ⁶⁷Simanjuntak, *Teori Linguistik Chomsky dan Teori Neurolinguistik Wernicke*,

I24. ⁶⁸Simanjuntak, *Teori Linguistik Chomsky dan Teori Neurolinguistik Wernicke*,

Dari teori Wernicke di atas dapat disimpulkan bahwa terdapat spesialisasi atau semacam pembagian kerja pada bagian-bagian otak sereberum manusia. Implikasi dalam bidang neurologi, linguistik, neurolinguis (ahli patologi bahasa) tentu sangat banyak, diantaranya mengetahui gangguan berbicara, berbahasa, penyakit bertutur serta bagaimana metode penyembuhannya dimana seiring perkembangan ilmu neurolinguistik banyak diciptakan metode terapi-terapi baru yang dapat membantu penyembuhan pasien penderita penyakit bertutur.

5. Definisi *Neuro Linguistic Programming* (NLP)

Pertama kali istilah *Neuro Linguistic Programming* (NLP) digunakan oleh Richard dan John Grinder pada pertengahan tahun 1970 di Universitas California Santa Cruz. Kedua tokoh tersebut belajar dari beberapa ahli, diantaranya Virginia Satir terapis keluarga, Fritz Perls psikoterapis beraliran Gestalt, dan Milton H. Erickson praktisi Hipnoterapi. Selanjutnya dari ketiga tokoh tersebut, Richard Bandler dan John Grinder mengembangkan terapi dengan istilah *Neuro Linguistic Programming* (NLP).⁶⁹

Secara sederhana definisi *Neuro Linguistic Programming* dapat diuraikan sesuai rangkaian kata yang membentuknya. *Neuro* mengacu pada pikiran dan bagaimana individu mengorganisasikan mentalnya. *Linguistik* berarti bahasa, baik verbal maupun nonverbal, dan bagaimana individu menggunakannya dalam kehidupan. Sedangkan *programming* adalah usaha individu untuk belajar bereaksi pada situasi

⁶⁹Annie Sailendra, *Amazing NLP, Neuro Linguistic Programming dari Konsep hingga Teknik*, (Yogyakarta: Bhafana Publishing, 2017), 11-15.

tertentu dan membangun pola-pola otomatis atau program-program yang terjadi pada sistem neurologi ataupun sistem bahasa.⁷⁰ NLP melibatkan aspek *neuro* (syaraf, khususnya syaraf otak), *linguistik* (bahasa) dan aktivitas pemrograman. Sesuatu yang dirasakan panca indera, yaitu apa yang dilihat, didengar, dan dirasakan diolah oleh *cortex* dengan *neuro-transmiternya*, dan otak akan mengubahnya menjadi informasi yang tersimpan di dalam pikiran. Apa yang tercatat dan tersimpan tersebut disebut representasi internal. Namun, karena dalam pemanfaatannya NLP digunakan oleh berbagai kalangan, maka definisi terhadap NLP pun menjadi variatif, dengan tidak lepas dari substansi makna NLP itu sendiri.⁷¹

Menurut Bandler dan Grinder, NLP adalah suatu keseluruhan sistem pikiran-tubuh dengan hubungan yang telah dipola diantara pengalaman internal (*neuro*), bahasa (*language*), dan perilaku (*programming*). Dengan mempelajari hubungan-hubungan tersebut, individu secara efektif bertransformasi dari cara lama mereka dalam merasakan, berpikir, dan berperilaku, menjadi bentuk baru dan jauh lebih membanut dalam komunikasi manusia. Respon untuk berkomunikasi akan lebih baik positif jika diasjikan oleh individu dalam menggunakan bahasa yang mencerminkan cara yang paling disukai dalam melihat dunia. Dengan demikian NLP adalah sebuah model yang

⁷⁰Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP for Personal Succes*, terj: Teguh Wahyu Utomo (Yogyakarta: Baca, 2004), 1-2.

⁷¹Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP for Personal Succes*, 3.

memprogram interaksi antara pikiran dan bahasa (verbal dan nonverbal) sehingga dapat menghasilkan pikiran dan perilaku yang diharapkan.⁷²

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa NLP merupakan ilmu yang mempelajari struktur perilaku manusia, mempelajari bagaimana bahasa mampu mempengaruhi paradigma, cara berpikir, dan perilaku sehari-hari. NLP hanya bisa membantu menciptakan perubahan efektif jika meyakini betul bahwa sebenarnya diri sendiri yang berperan sebagai pengontrol segala kondisi yang dimiliki. Perubahan tidak diciptakan oleh seorang terapis atau praktisi, melainkan oleh klien itu sendiri. Dengan kata lain perubahan yang terjadi merupakan buah dari usaha sendiri. Dengan demikian Bandler mendefinisikan NLP adalah sikap dan metodologi yang mengajak individu untuk berpikir dan berkomunikasi lebih efektif.

NLP juga diterapkan psikoterapi yang memungkinkan individu untuk membuka struktur komunikasi manusia. Dengan menerapkan NLP diharapkan individu dapat merasakan, berpikir, komunikasi, dan manajemen diri dengan lebih efektif. NLP hanya bisa membantu menciptakan perubahan efektif jika meyakini betul bahwa sebenarnya diri sendiri yang berperan sebagai pengontrol segala kondisi yang dimiliki. Perubahan tidak diciptakan oleh seorang terapis atau praktisi, melainkan oleh klien itu sendiri. Dengan kata lain perubahan yang terjadi merupakan buah dari usaha sendiri. Dengan demikian NLP

⁷²Annie Sailendra, *Amazing NLP, Neuro Linguistic Programming dari Konsep hingga Teknik*, 15.

adalah sikap dan metodologi yang mengajak individu untuk berpikir dan berkomunikasi lebih efektif.

Selanjutnya NLP berkembang dan dimanfaatkan sebagai psikoterapi. Awalnya psikoterapi hanya berfokus pada “apa” munculnya penyebab dan “mengapa demikian”. Namun, hasilnya tidak mampu memecahkan masalah yang dihadapi seorang klien dan hanya membuat klien mengingat kembali masalah yang dihadapi. Kemudian NLP mengajak terapis untuk lebih fokus pada struktur sebuah permasalahan, bukan penyebab masalahnya. Sehingga kedua pertanyaan tersebut kemudian diubah dengan “bagaimana persisnya individu menciptakan masalah di dalam dirinya”. NLP percaya bahwa kesembuhan klien bukan berada di tangan terapis, melainkan oleh klien itu sendiri. Terapis hanya berperan sebagai jembatan yang membantu kliennya untuk mengubah “struktur” masalah yang dialami oleh kliennya sehingga dengan sendirinya dapat menjadi solusi atas masalah tersebut.⁷³

Untuk dapat mengetahui struktur permasalahan dengan baik, seorang terapis harus benar-benar menguasai NLP model dengan baik. Dengan menggunakan NLP, terapis akan lebih mudah dalam membantu klien menghadapi dan mengatasi masalahnya, seperti fobia, trauma, depresi, demotivasi, kecemasan, dan kebiasaan buruk lainnya.⁷⁴ Contoh lain NLP dapat dijadikan sebagai terapi yaitu, penerapan terapi NLP

⁷³Sailendra, *Neuro-Linguistic Programming (NLP); dari Konsep hingga Teknik*, 19-20.

⁷⁴Sailendra, *Neuro-Linguistic Programming (NLP); dari Konsep hingga Teknik*, 141.

untuk pembelajaran,⁷⁵ *Implenting Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Students' Behavior*.⁷⁶

6. Teknik-teknik berkomunikasi dalam *Neuro Linguistic Programming (NLP)*:

a. *Rapport*

Keakraban (*rapport*) merupakan salah satu teknik terpenting dalam NLP. *Rapport* dibentuk dalam kualitas hubungan yang didasari pada kepercayaan bersama, kepedulian, saling memahami antar individu.⁷⁷ Dalam praktiknya *rapport* juga sering dimaknai sebagai hubungan antara praktisi NLP dengan seseorang yang membutuhkan bantuan.⁷⁸ Hubungan diantara keduanya ini tidak hanya sekedar hubungan basa-basi, melainkan jalinan hubungan yang mampu menciptakan suasana saling percaya dan saling menguntungkan diantara keduanya.⁷⁹

Rapport berperan seperti sebuah jembatan yang menghubungkan jarak panjang antara terapis dan klien. Jembatan tersebut mampu mengantarkan terapis dan klien menuju sikap

⁷⁵Nurtaqwa Amin dkk, Implikasi NLP dalam Proses Pembentukan Karakter Anak Bagi Kelompok Usia Dini, *Jurnal Baliresa*, Vol 1, No. 1, (2016).

⁷⁶Salami, "Implementing Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Student's Behavior: Research Done At Islamic Universities Aceh", *International Multidisiplinary Journal*, Vol. 3, No. 2, (2015).

⁷⁷Seteve Bavister & Amanda Vickers, *NLP For Personal Succes*, 199.

⁷⁸Seteve Bavister & Amanda Vickers, *NLP For Personal Succes*, 200.

⁷⁹Wahyu Widyatmoko dkk, Neuro-Linguistic Programminh dalam Layanan Konseling, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 1, Nomor 1, 2017.

saling pengertian dan proses “intervensi” yang tepat sasaran. Tujuan utama membangun *rapport* adalah untuk menciptakan suatu kondisi nyaman. Kenyamanan yang dimaksudkan dalam NLP memiliki beberapa karakteristik seperti kesamaan verbal dan kecocokan non-verbal. Verbal (ucapan) adalah kesamaan yang dapat dibangun melalui struktur kalimat yang diucapkan. Sedangkan non-verbal adalah kesamaan yang dibangun melalui komunikasi non-verbal seperti *posture* (posisi tubuh) atau *gesture* (bahasa tubuh) seperti memegang rambut, menunjuk kearah tertentu, atau merubah posisi duduk pada saat berbicara. Selain itu, pola nafas, ekspresi wajah, intonasi, hingga pemenggalan frase dalam berbicara sangat berpengaruh dalam membangun kesamaan dalam melakukan *rapport*.⁸⁰

Dalam NLP, terdapat tiga teknik untuk membangun *rapport* yakni *pacing-leading*, *matching* & *mirroring*. *Pacing-leading* merupakan sebuah teknik menyamakan lalu membimbing seorang pasien. Dalam hal ini ketika seorang terapis mampu menguasai jagat seorang pasien, dan bisa melakukan sesaat apa yang ia lakukan, kemudian sengaja mengubah perilaku seorang terapis, maka kemungkinan besar orang tersebut akan mengikuti perilaku terapisnya.⁸¹ Sementara *matching* atau mencocokkan adalah proses mengobservasi seseorang dengan kemudian berperilaku mirip

⁸⁰Totok pdy, “Artikel NLP Building Rapport”, diakses 31 Desember 2018, <https://totokpdy.com/artikel-nlp-building-rapport/>.

⁸¹Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP For Personal Succes*, 208.

orang tersebut. Misalnya duduk dengan posisi yang sama atau menggunakan bahasa tubuh yang mirip. Sedangkan *mirroring* atau mencerminkan adalah *matching* secara persis perilaku orang lain-seolah-olah menciptakan gambar cermin atas perilaku orang lain.⁸²

b. Meta Model

Meta model digagas berangkat dari asumsi bahwa kata-kata atau bahasa yang diucapkan seseorang merupakan *surface structure* (proses penyederhanaan kalimat karena adanya proses penyaringan dari informasi itu sendiri) dari *deep structure* (suatu bentuk kalimat yang masih utuh sebelum terjadinya proses penyaringan informasi dalam dunia internal seseorang) yang dimiliki seseorang. Kata-kata atau bahasa adalah sebuah simbol yang mewakili apa yang sebenarnya ada dalam benak si pengucap. Karena fungsinya mewakili, maka ia tidak akan pernah sama dengan yang diwakili, yakni dengan isi yang ada dibenak si pengucap tadi, *deep structure*. Sedangkan *deep structure* sendiri sebenarnya juga merupakan simbol, yaitu simbol dari pengalaman yang asli dialami seseorang.⁸³

Dalam NLP, selalu ditekankan bahwa ketika menerima informasi, selalu ada filter yang bekerja yaitu *Delete*, *Distorsi*, dan *Generilisasi*. Oleh sebab itu, perlu digunakan suatu pertanyaan untuk menggali informasi yang telah di-*delete*, di-*distorsi*, atau

⁸²Pete Casale, *NLP Secrets: Upgrade Your Mind*, (New Zealand: Media NZ, 2012), 46.

⁸³Casale, *NLP Secrets: Upgrade Your Mind*, 22.

yang digeneralisasi. Pertanyaan-pertanyaan tersebut diajukan supaya dapat diketahui akar masalahnya.

Teknik bertanya semacam ini disebut dengan Meta Model. Melalui meta model, terapis dapat mempertanyakan kembali atau mengklarifikasi berbagai hal yang dapat memperjelas *map* (peta mental) yang terlanjur terkonstruksi dalam struktur pikiran dan menghambat kejernihan berpikir dalam berkomunikasi dengan orang lain. Meta model digunakan untuk membantu mengenali dan meluruskan kembali kekeliruan berpikir (kekurang akuratan dalam menyusun model) yang tidak bermanfaat akibat *deletion*, *distortion*, dan *generalization*. Terdapat tiga jenis dalam melakukan Meta Model:⁸⁴

1) *Deletion*

Deletion atau penghapusan adalah proses menghapus sebagian atau seluruh informasi yang ada di *deep structure*. Setiap otak manusia melakukan penghapusan karena setiap detiknya terdapat lebih dari juta informasi yang masuk ke dalam otak. Jika tidak dilakukan penghapusan, otak akan rentan terjadi banjir informasi sehingga kesulitan dalam mengelolanya. Oleh sebab itu, otak akan melakukan penyaringan informasi yang dianggap penting dan relevan. Sehingga yang ada hanya informasi-informasi yang dianggap penting.

⁸⁴ Annie Sailendra, *Neuro-Linguistic Programming (NLP)*, 94.

2) *Distortion*

Distorsion merupakan pola bahasa yang digunakan untuk membantu seseorang ketika melakukan penyederhanaan ketika mengubah makna suatu informasi. Proses ini terjadi pada saat mendistorsi makna dan struktur dari sebuah informasi agar lebih singkat dan mudah diucapkan.

3) *Generalization*

Generalization merupakan pola bahasa yang digunakan untuk membantu seseorang dalam *me-recover* ketika melakukan proses generalisasi. *Generalization* merupakan proses mengeneralisasi informasi, sehingga setiap informasi memiliki keterkaitan dengan informasi yang lain yang sudah lebih dulu dipelajari.⁸⁵

Contoh sederhana, misalnya seseorang menyatakan:

“Semua orang membenci saya”

Seseorang dalam kondisi seperti ini merasa sangat menderita. Karena secara emosional ia merasa tidak ada seorangpun yang tidak membencinya. Mendengar pernyataan demikian, seorang terapis dapat mengetahui bahwa pernyataan tersebut sebenarnya tidak benar, karena telah terjadi proses genenarilisasi secara tidak sengaja, dan membuat seseorang tersebut merasa tidak berdaya.

⁸⁵Joseph O’conor, *The NLP Workbook*, (London: Harper Collins Publisher, 2001)159-161.

Untuk mengetahui secara lebih detail, terapis melanjutkan pertanyaan-pertanyaan, misalnya:

“apakah tetangga depan membenci anda? Apakah sopir di kantor anda juga membenci anda?” maka kemungkinan jawabannya adalah “tidak”, dan ternyata setelah ditanya lebih mendetail lagi, yang bersangkutan akan mengatakan: “ya, sebenarnya yang tidak menyukai saya adalah mertua saya dan adik-adik dari suami saya”. Ketika dalam kondisi tertekan, maka seseorang akan dengan mudah di-generalisasi dalam sebuah ekspresi verbal: “semua orang membenci saya”.⁸⁶ Dengan demikian, yang bersangkutan akan menjadi sangat berdaya ketika benar-benar menyadari bahwa ternyata masih banyak orang yang menyukai dan mencintai dirinya. Namun yang sering terjadi, peta mental yang terdapat dalam diri seseorang tidak sesuai dengan fakta, sehingga dalam kondisi tekanan emosional yang buruk kemungkinan besar terjadinya peta mental yang jauh lebih “buruk” dari hal yang sebenarnya terjadi.⁸⁷

Dalam proses penyembuhan, teknik meta model sangatlah penting. Selain dapat memengembailkan pengalaman yang dialami seseorang, meta model juga mengajak seseorang untuk mengatasi masalah.

c. Meta Program

Meta Program merupakan teknik dalam NLP yang digunakan sebagai filter dalam pikiran manusia yang akan membentuk mental maap. Dengan menggunakan teknik ini akan

⁸⁶O’conor, *The NLP Workbook*, 145.

⁸⁷O’conor, *The NLP Workbook*, 146.

membuat seseorang lebih mudah untuk mengerti cara orang memproses informasi yang masuk melalui indera yang dapat mempengaruhi perilakunya. Secara umum meta program merupakan filter persepsi manusia yang mengatur *atensi* (perhatian) fokus perhatian ketika menerima informasi, *sortir* (menyusun) menyusun informasi yang masuk, dan memproses setiap informasi yang masuk.⁸⁸

Perlu diketahui bahwa, meta program bukan sebagai bentuk dari kepribadian, karena meta program tidak mendiskripsikan kepribadian manusia, akan tetapi menjelaskan bagaimana manusia berfungsi. Meta program pada suatu konteks bisa berbeda ketika pada konteks yang berbeda, misalnya ada seseorang yang sangat detail dalam pekerjaannya, belum tentu ia detail dalam konteks yang lain seperti dalam konteks keluarga, kehidupan, dan lain sebagainya.⁸⁹ Beberapa jenis meta program dan cara mengetahuinya, antara lain:

1) *Toward* (mendekati) atau *Away* (menjauhi)

Menjelaskan arah motivasi seseorang dalam melakukan suatu tindakan, apakah orang tersebut cenderung untuk mendekati tujuannya atau menghindari penderitaan.

Contoh pertanyaan: “Apa yang anda inginkan dari pekerjaan?”

2) *Sameness* atau *difference*

⁸⁸Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP For Personal Succes*, 88.

⁸⁹Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP For Personal Succes*, 91.

Menjelaskan bagaimana seseorang memproses atau membandingkan tentang suatu hal lainnya. Apakah ia melihat sesuatu yang sama atau berbeda.

Contoh pertanyaan: “Bagaimana anda membandingkan A dan B?”

3) Internal atau eksternal

Menjelaskan tentang bagaimana manusia fokus terhadap informasi yang ada, apakah dari diri sendiri (internal) atau dari rujukan orang lain (eksternal).

Contoh pertanyaan: “Dimana anda fokuskan perhatian anda? Apakah dari diri sendiri atau orang lain?”

4) *Global* atau *specific*

Menjelaskan bagaimana cara berpikir manusia, apakah global (umum) atau lebih spesifik (detail).

Contoh pertanyaan: “Mana yang anda sukai, gambaran besar atau detail?”

5) *Procedural* atau *optional*

Menjelaskan bagaimana proses berpikir seseorang apakah *procedural* yang cenderung membangun tahapan, peraturan dan terorganisir, atau *optional* yang cenderung mencari opsi, cara baru melakukan suatu hal.

Sontoh pertanyaan: “Kenapa anda memilih pekerjaan ini?”⁹⁰

⁹⁰Sailendra, *Neuro-Linguistic Programming (NLP)*, 112.

Ketika terapis sudah mengenali meta program yang ada pada pasien, maka terapis mampu melakukan persuasi dengan menyamakan meta program yang sudah ada. Misalnya, jika bertemu dengan seseorang yang memiliki meta program *towards*, yang dapat dilakukan adalah mendorong tujuan atau harapan orang tersebut menjadi seakan-akan terjadi.

Sedangkan petunjuk-petunjuk mencari meta program antara lain:

- 1) Menemukan outcome
- 2) Mengidentifikasi meta program kunci
- 3) Mengidentifikasi hirarki kriteria
- 4) Mengidentifikasi harapan⁹¹

d. *Reframing*

Reframing adalah suatu pendekatan yang digunakan mengubah atau menyusun kembali persepsi seseorang atau cara pandang terhadap masalah atau tingkah laku sehingga mendapatkan *frame* yang lebih baik. Tujuan *reframing* adalah untuk mendapatkan sebuah sudut pandang baru agar tidak terjebak hanya pada satu sudut pandang saja. Dengan adanya sudut pandang baru, diharapkan mampu memiliki pilihan pemikiran yang baru pula.⁹² Berdasarkan pada asumsi bahwa dibalik setiap perilaku atau kejadian mengandung maksud positif, *reframing* mengajak seseorang untuk keluar dari kerangka berpikir “masalah” dan

⁹¹Sailendra, *Neuro-Linguistic Programming (NLP)*, 117.

⁹²Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP for Personal Success*, 225.

melompat ke dalam kerangka berpikir solutif yang berorientasi pada *outcome* atau tujuan.⁹³

Asumsi yang mendasari teknik *reframming* adalah bahwa keyakinan, pemikiran dan persepsi seseorang itu bisa menciptakan kesulitan emosional dan juga emosi yang salah. Proses semacam ini membantu seorang terapis untuk menentukan hubungan antara persepsi, kognisi, dan emosi. Menurut Cormier, fokus dari *reframming* terletak pada alasan yang salah dan keyakinan serta kesimpulan yang tidak logis. Tujuannya adalah untuk membedakan keyakinan irasional atau pernyataan diri yang negatif.⁹⁴

Di dalam NLP terdapat dua macam *reframing*, yaitu: pertama, *meaning reframing*⁹⁵ atau yang disebut dengan *content reframing* yakni memberikan makna baru atas realitas yang ada. Strategi ini mendapatkan *frame* baru dengan cara melihat dari sudut pandang yang berbeda. Kedua, *context Reframing*, yakni menyampaikan contoh suatu kondisi peristiwa lain dalam konteks yang berbeda atas realitas yang ada. Frame ini membingkai ulang suatu frame dengan cara memperluas konteks.⁹⁶

⁹³Steve Bavister & Amanda Vickers, *NLP for Personal Success*, 226.

⁹⁴Mochamad Nursalim, *Strategi & Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata, 2013), 70.

⁹⁵Reza Oktiana Akbar dkk, Analisis Korelasi Respon Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Berbasis NLP Tipe Reframming dengan Motivasi Belajar Matematika Mahasiswa Smester VII IAIN Syekh Nurjati Cirebon, *Jurnal EduMa*, Volume 3, Nomor 2, Desember 2014.

⁹⁶Sailendra, *Amazing NLP, Neuro Linguistic Programming*, 111.

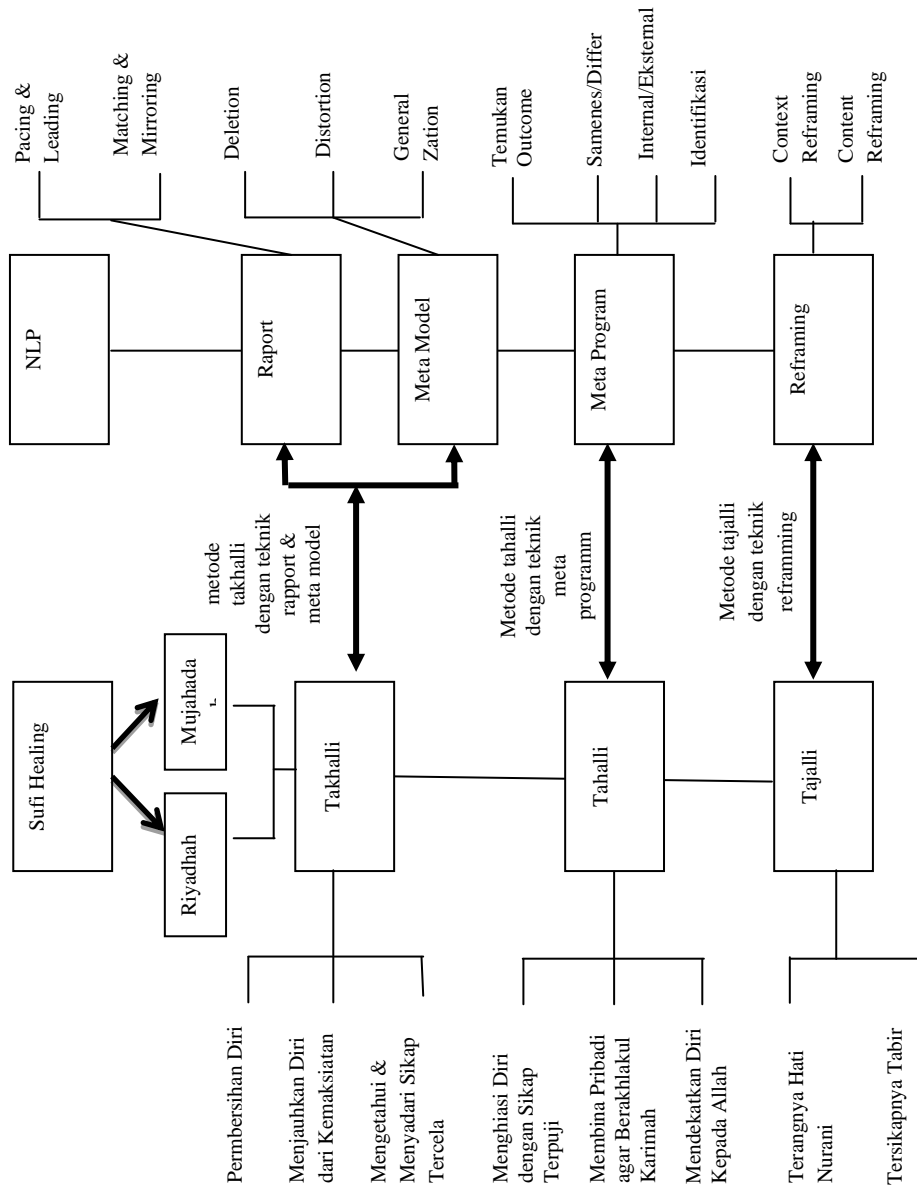
Langkah-langkah untuk melakukan *reframing* adalah:

1. Relaks. Fokus pada satu perilaku.
2. Bangun komunikasi dengan *parts* yang berengaruh terhadap perilaku tersebut.
3. Mengungkap kehendak positif dibalik perilaku problem tersebut.
4. Mintalah pasien untuk menghasilkan tiga cara baru untuk mewujudkan kehendak positif.
5. Mengkonfirmasi bahwa bisa menerima cara baru tersebut. dan yang terakhir pengecekan.⁹⁷

Berdasarkan uraian di atas, maka NLP sebagai teknik *sufi healing* dapat dibuat bagan sebagai berikut:

⁹⁷Sailendra, *Amazing NLP, Neuro Linguistic Programming*, 113.

Tabel 2.1 Kerangka Teori



BAB III

DESKRIPSI UMUM KLINIK GRIYA SEHAT SYAFAAT (GRISS) 99 SEMARANG

A. Profil Griya Sehat Syafaat 99

Nama	: Griya Sehat Syafaat 99 Semarang (GRISS 99)
Alamat	: Jl. Gajah Raya Semarang, No. 101, Area Perkantoran Masjid Agung Jawa Tengah
Waktu Kerja	: Setiap hari, buka mulai pukul 08.00-16.00 WIB
No. Telepon	: (024)-7025-9949
Telepon/WA (Ruqyah)	: 0857 4341 9894
Website	: griyasehatsyafaat99.blogspot.com www.mustamirpedak.com ¹

1. Sejarah Berdirinya GRISS 99 Semarang

GRISS 99 Semarang berdiri pada tanggal 9 September 2009 yang berlokasi di Jl. Gajah Raya Semarang, tepatnya di Area Perkantoran Masjid Agung Jawa Tengah no. 101 Semarang. Pendirinya merupakan sarjana kedokteran yang bernama Mustamir. Mustamir tidak mengingat secara pasti berdirinya GRISS, kemudian ia bersama karyawannya bahwa tanggal 9 September sebagai tanggal berdirinya GRISS 99

¹Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

Semarang. Tanggal dan bulan lahir jika digabungkan akan menjadi angka 99, angka tersebut memiliki kesesuaian dengan nama Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.

Menurut Mustamir angka 99 memiliki daya tarik bagi sebagian besar umat Islam yang ada di Indonesia. Seringkali umat Islam mengaitkan angka 99 sebagai lambang jumlah *asma'ul husna* yaitu 99 nama sifat yang dimiliki Allah SWT. Adanya angka 99 dinamakan GRISS adalah sebagai wujud identitas dan sebagai daya tarik masyarakat dalam rangka penyembuhan dengan datang di GRISS tersebut.

Awal berdirinya GRISS 99 Semarang hanya memiliki tiga karyawan, yaitu dua orang terapis dan satu orang bagian administrasi. Setelah berjalan beberapa tahun, GRISS yang didirikan oleh Mustamir kini jumlah karyawannya menjadi 17 orang, setiap harinya klinik di datangi klien sekitar 40-50 orang, itu artinya setiap bulan GRISS 99 Semarang melayani pasien hingga 1.500 orang. Saat ini GRISS 99 Semarang membuka cabang di Jl. Kendeng Barat I/3 A Sampangan-Semarang yang berdiri pada tanggal 6 Februari 2017.²

2. Visi dan Misi

Visi dan Misi dari Griya Sehat Syafa'at 99 adalah:

Visi :

“Sebagai Griya Perawatan Kesehatan Berdasarkan Prinsip Alamiah, Illahiah, dan Ilmiah. Menggunakan Thibbun Nabawi Sebagai Solusi

² Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

Utama dalam Pemeliharaan Kesehatan, Pencegahan, dan Penyembuhan Penyakit”

Misi :

- a. Memberikan pelayanan kepada masyarakat dengan konsep pengobatan yang alami.
- b. Mengenalkan pengobatan *Thibbun Nabawi* kepada masyarakat.
- c. Membantu mengobati dengan tujuan utama untuk memperbaiki kualitas jiwa dan ruhani.³

3. Pelayanan

Adapun pelayanan yang disediakan oleh GRISS 99 Semarang antara lain sebagai berikut:

- a. *Ruqyah Syar'iyah*
- b. Konsultasi

Konsultasi yang diberikan oleh GRISS 99 berupa:

- 1) Konsultasi masalah keluarga
 - 2) Konsultasi masalah anak
 - 3) Konsultasi masalah perusahaan
 - 4) Konsultasi mengenai pemberdayaan diri
- c. *Bekam/hijamah*

Terdiri dari:

- 1) Bekam basah
- 2) Bekam kering
- 3) Bekam kecantikan

³Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

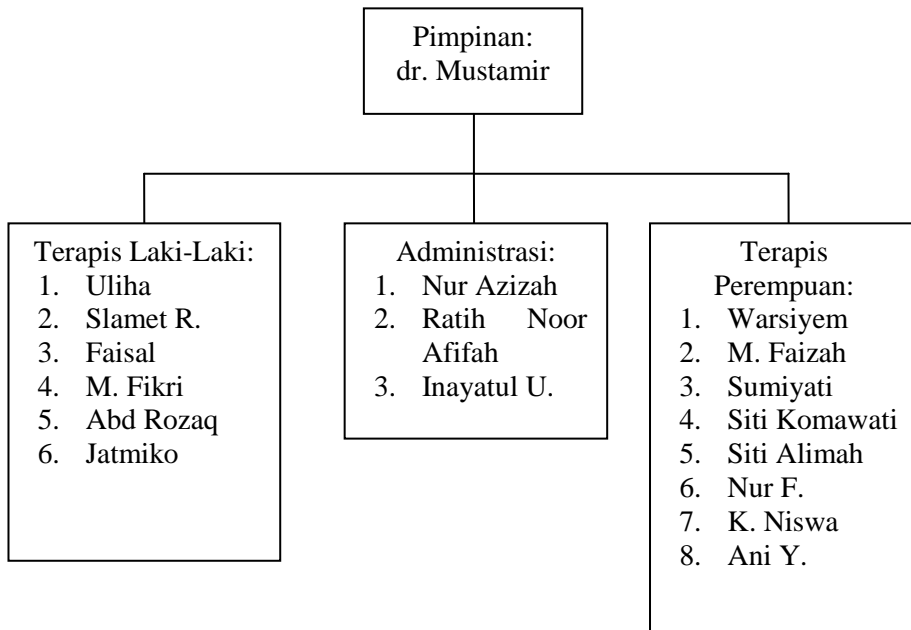
- d. Pengobatan Herbal
- e. Pijat *Yumiho*
- f. Akupresur
- g. Akupuntur
- h. Gurah

Terdiri dari:

- 1) Gurah hidung
- 2) Gurah mulut⁴

4. Struktur Kepengurusan

Tabel 3.1 Kerangka Teori Struktur Pengurus GRISS 99 Semarang



⁴Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

5. Jam Kerja Karyawan

Tabel 3.2 Jam kerja karyawan GRISS 99 Semarang

Jam Kerja Karyawan

Waktu	Kegiatan	Keterangan
07.30-08.00	Absensi Karyawan	GRISS 99 buka setiap hari Senin-Minggu. Jam kerja karyawan 8 jam perhari. Sistem libur diberikan satu bulan sekali dengan cara bergantian. Catatan: khusus dr. Mustamir jam kerja libur sehari setiap hari jumat.
08.00-11.00	Kerja	
11.00-13.00	Istirahat	
13.00-16.00	Lanjut Kerja	
16.00	Pulang	

6. Prosedur Penanganan Klien

a. Bagian Registrasi

Umum:

- 1) Menerima pendaftaran.
- 2) Melakukan diagnosis, kemudian menentukan jenis terapi sesuai dengan keluhan dan penyakit yang diderita.
- 3) Mencatat nama klien di daftar buku pendaftaran klien dan mempersilahkan klien duduk untuk menunggu antrian.
- 4) Memanggil nama klien agar segera ke ruang terapi.

- b. Berobat dan konsultasi:
 - 1) Menerima pendaftaran.
 - 2) Mencatat nama klien di daftar buku pendaftaran klien dan mempersilahkan klien duduk untuk menunggu antrian.
 - 3) Memanggil nama klien dan mengarahkan klien ke ruang konsultasi terlebih dahulu, sebelum ke ruang terapi.
 - 4) Klien masuk ke ruang terapi.
- c. Khusus klien *Ruqyah*:
 - 1) Melakukan daftar ulang dengan menunjukkan bukti telah melakukan perjanjian sebelumnya.
 - 2) Mencatat nama klien di daftar buku pendaftaran klien dan mempersilahkan klien duduk untuk menunggu antrian.
 - 3) Memanggil nama klien dan mengarahkan klien ke ruang khusus *ruqyah*.
- d. Ketentuan yang lain:
 - 1) Dalam menjaga privasi klien, setiap ruangan terapi dibedakan antara klien laki-laki dan perempuan
 - 2) Klien *ruqyah* perempuan diharuskan di dampingi oleh mahramnya. Klien *ruqyah* harus berpakaian rapi serta datang tepat waktu.⁵

⁵Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

7. Sarana dan Prasarana di GRISS 99 Semarang

Guna mendukung pelaksanaan sebuah kegiatan lembaga pengobatan, maka Griya Sehat Syafaat 99 Semarang memiliki sarana dan prasarana dalam mendukung kegiatan pengobatan. Adapun sarana dan prasarananya adalah:

- a. Meja resepsionis untuk pendaftaran pasien
- b. Tempat duduk pasien untuk menunggu
- c. Memiliki 5 ruangan, yaitu:
 - 1) Ruang pendaftaran dan tunggu
 - 2) Ruang konsultasi
 - 3) Ruang terapi
 - 4) Ruang khusus *ruqyah*
 - 5) Gudang

B. Biografi dr. Mustamir

Nama	: Mustamir
Tempat tanggal lahir	: Rembang, 5 September 1976
Alamat	: Jl. Kendeng Barat VI No. 22 Sampangan - Semarang
Pendidikan	:
Formal	: 1. SDN Pedak Sulang Rembang (1989) 2. SMPN Sulang Rembang (1992) 3. SMAN 2 Sulang Rembang (1995) 4. Strata 1 Kedokteran Universitas Diponegoro (2004)

- Non Formal : 1. Madrasah Nuriyyatul Ulum Pedak-Rembang (1984-1994)
2. Pondok Pesantren Nurul Imdad Bogor (1995-1997)
3. Pondok Pesantren Subulas Salam Semarang (1997-1999)
4. Pondok Pesantren Gubug Penceng Al Habsy Gunung Pati-Semarang (2000-2006)
- Pendidikan Terapis : 1. Kursus Akupresur di Seni Pengobatan Timur Yogyakarta (2012)
2. Kursus Jamu Indonesia di Seni Pengobatan Timur Yogyakarta (2012)
3. Ujian Standarisasi Nasional PBI “Perkumpulan Bekam Indonesia” (2016)
4. Mengikuti Pelatihan “Redesign The Life with Neuro Hypnosis Repatterning (NHR) NLP (2017)
5. Mengikuti Pendidikan Hipnoterapi oleh Lembaga Pengembangan Hypnotherapy Indonesia (2017)
6. Mengikuti Pelatihan “Stress Management Neuro Hypnosis Repatterning (NHR) Neuro Linguistic Programming (NLP)
- Pengalaman : 1. Pengisi acara di Radio Dakwah Islam (Dais) Semarang (2009–Sekarang)

2. Pengisi acara di Radio Rasika FM Semarang (2011–2016)
3. Pengisi acara “Talkshow Khas Berkhasiat” selama bulan Ramadan 1439 H/2018 di Fit Radio Semarang
4. Sebagai narasumber di berbagai seminar yang berkaitan dengan pengobatan Timur⁶

C. Teknik Penyembuhan GRISS 99 Semarang

1. *Takhallī*

Metode *Takhallī* merupakan metode pembersihan jiwa dari perbuatan-perbuatan tercela. Di GRISS 99 metode *takhallī* menjadi tahap awal sebelum melakukan terapi. Didalam NLP metode ini dikenal dengan meta model. Meta model merupakan teknik yang sangat baik untuk menjernihkan pikiran. Sebab seringkali manusia dikacaukan oleh generalisasi, delusi dan distorsi. Tujuan utama menggunakan teknik meta model adalah untuk membersihkan pikiran. Melalui meta model, terapis dapat mempertanyakan kembali atau mengklarifikasi berbagai hal yang dapat memperjelas *map* (peta mental) yang terlanjur terkonstruksi dalam struktur pikiran dan menghambat kejernihan berpikir dalam berkomunikasi dengan orang lain. Meta model digunakan untuk membantu mengenali dan meluruskan kembali kekeliruan berpikir (kekurang akuratan dalam

⁶Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 28 November 2018.

menyusun model) yang tidak bermanfaat akibat *deletion*, *distortion*, dan *generalization*.⁷

Ketika pikiran bersih maka hati akan tenang. Contoh sederhana. Ketika ada seseorang yang menganggap semua orang itu jahat, namun ketika bisa melihat orang lain sebenarnya ada yang tidak jahat itu artinya dia melihat sebuah harapan. Orang semacam ini dalam hidupnya ia merasa bahwa jalan hidupnya buntu yang dikarenakan generalisasi.

2. *Tahallī*

Metode *tahallī* di GRISS 99 merupakan sebuah metode untuk engeshan jiwa dengan perbuatan terpuji. Pada tahap ini GRISS 99 menggunakan teknik meta program. Meta Program merupakan teknik dalam NLP yang digunakan sebagai filter dalam pikiran manusia yang akan membentuk mental maaf. Dengan menggunakan teknik ini akan membuat seseorang lebih mudah untuk mengerti cara orang memproses informasi yang masuk melalui indera yang dapat mempengaruhi perilakunya.

Meta program di GRISS 99 Semarang, dimaksudkan sebagai sebuah pola dan kecenderungan (bawah sadar) menyaring, memperlemah atau memperkuat informasi yang masuk. Semua informasi yang diterima oleh seseorang individu dikirimkan dan diolah dalam otak. Namun, dengan tidak sadar sebenarnya otak

⁷Observasi di GRISS 99 Semarang, pada 31 November 2018.

tidak serta merta menerima informasi tersebut secara apa adanya. Ternyata otak pilih-pilih dan menyaring informasi yang diterimanya untuk kemudian disimpan atau diproses. Ada sebagian informasi yang kemudian diperkuat oleh otak dan ada informasi yang kemudian diperlemah oleh otak. Proses penyaringan, pelemahan dan penguatan informasi inilah yang disebut sebagai meta program otak. Selama individu belum mengerti dan memahami pengetahuan akan meta program tersebut, maka proses yang dilakukan secara bawah sadar.⁸

Prinsip teknik meta program adalah seseorang mau mendapatkan manfaat atau menjauhi madharat. Contoh sederhana, melakukan shalat karena termotivasi dua hal, yaitu ketakutan terhadap neraka (menjauhi) atau khusyu' karena ingin masuk surga (mendekati).⁹

3. *Tajallī* (di lapangan kayak gimana)

Metode *Tajallī* GRISS 99 menggunakan teknik *reframming*. Tujuannya adalah membingkai ulang sebuah kejadian dengan mengubah sudut pandang tanpa mengubah kejadian. Terdapat dua jenis *reframming* yaitu dengan mengubah konteks (context reframming) dan mengubah arti (meaning reframming). Dalam hal ini *reframming* di GRISS 99 pada umumnya sering digunakan untuk mengubah sudut pandang klien yang beranggapan

⁸Observasi di GRISS 99 Semarang, pada 31 November 2018.

⁹Observasi di GRISS 99 Semarang, pada 31 November 2018.

bahwa sakit merupakan sebuah peristiwa negatif. Padahal sebenarnya sakit adalah wujud Allah SWT untuk meningkatkan rasa tawakkal. Untuk mencapai tawakkal kepada Allah maka harus bisa menilai positif sebuah realitas.¹⁰

D. Identifikasi Subjek Penelitian

Dalam rangka pengungkapan hasil penelitian ini, penulis telah menentukan jumlah informan yang akan menjadi subjek penelitian. Setiap harinya GRISS 99 Semarang menerima pasien rata-rata 2 orang, sehingga dalam sebulan jumlah pasiennya mencapai 60 orang lebih. Berikut peneliti sajikan tabel subjek pasien GRISS 99 Semarang:

Tabel 4.2 Identifikasi Subjek Penelitian GRISS 99 Semarang

NO	NAMA/KELUHAN	DIAGNOSA	TEKNIK BERKOMUNIKASI
1.	Mbah N/Gatal-gatal sudah bertahun-tahun dan lambung	Problem fisik disebabkan oleh psikis	<i>Rapport</i>
2.	Bu I/Gatal-gatal	Perceraian, problem masa lalu, konflik batin, problem	<i>Rapport</i> dan Meta model

¹⁰Observasi di GRISS 99 Semarang, pada 31 November 2018.

		fisik disebbakan oleh problem psikis	
3.	Mas P/Hidup tidak tenang, susah tidur.	Narkoba	Meta program
4.	Bu. R/ Kecemasan	Riwayat penyakit kanker	Meta model dan <i>reframming</i>
5.	Bp. N/ Pusing Berulang	Marah yang terpendam, sampah psikologis, dan emosi negatif	<i>Rapport</i> dan meta model
6.	Ibu A/Sering bertengkar sama suami	Suami suka marah-marah sejak awal menikah (30 tahun)	<i>Rapport</i> , meta program, submodalitas
7.	Mas S/Telinga berdengung dan Asam	Cemas karena 20 tahun menikah belum	<i>Reframing</i>

	lambung	dikaruniai seorang anak	
--	---------	----------------------------	--

1. Subjek 1

Mbah N, masuk pada tanggal 2 Desember 2018 dengan keluhan Gatal-gatal sudah bertahun-tahun dan sakit lambung. Berdasarkan penjelasan dr. Mustamir, pada saat sebelum terapi dalam rangka menggali informasi mengenai akar masalah dari penyakit yang derita subjek, ia menggunakan teknik *rapport*. Tujuannya adalah membuat subjek menjadi nyaman sehingga terjalin sebuah keakraban. Dengan demikian subjek akan mudah mengungkapkan segala keluhan yang dialami.¹¹ Berikut cara terapis membangun rapport dengan mbah N:

a. Setting ruangan konsultasi GRISS 99

Rungan merupakan tempat yang aman dan nyaman untuk terjadinya dinamika kelompok dalam interaksi antara terapis dengan klien dan klien dengan terapis. Rungan tersebut dilengkapi dengan perlengkapan antara lain: sejumlah kursi yang nyaman, meja, karpet, jam dinding tulisan atau gambar yang menghiasi ruangan.¹²

¹¹Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018

¹²Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018

- b. *Passing* dan *leading* (berkomunikas dengan dengan cara membuat orang lain nyaman dan mengarah pada pembicaraan sesuai kehendak terapis).
- c. *Matching* dan *mirroring* (berkomunikas dengan cara menyamakan apa yang ada pada diri klien dan melakukan gerakan seperti cermin pada teman bicara.

Berikut tahapan dan contoh penerapan *rapport* di GRISS 99:

No.	Tahapan	Contoh Penerapan <i>Rapport</i>
1.	<i>Passing</i> dan <i>leading</i>	<p>Subjek: “assalamualaikum, pak” (verbal)</p> <p>Terapis: “waalikum salam, mari silahkan masuk, pak”. (verbal)</p> <p>Subjek: “ nggih, pak. Terimakasih”. (verbal)</p> <p>Terapis: “Rumahnya mana, pak?” (verbal)</p> <p>Subjek : “Tegowanu Sukorejo.” (verbal)</p> <p>Terapis : “Dari rumah jam berapa, pak?”</p>

		<p>Subjek : “Jam 6”</p> <p>Terapis : “oo jam 6. Apa kira-kira yang bisa saya bantu, pak?”</p> <p>Subjek : “Saya datang kesini ingin berobat, pak”</p> <p>Terapis : “baik, pak. Kira-kira yang dirasakan saat ni apa, pak?” (verbal)</p> <p>Subjek : “saya merasakn gatal-gatal sudah bertahun-tahun namun tidak sembuh-sembuh. Selain itu saya juga merasakan sakit di lambung saya, pak.”¹³ (verbal)</p>
2.	<i>Matching</i> dan <i>Mirroring</i>	<p>Terapis melakukan <i>matching</i> dan <i>mirroring</i> dalam bentuk fisiologi, suara, posisi tubuh, gerakan tubuh, ekspresi wajah, gerakan mata, kata-kata, gerakan tangan, kakai, dan kepala. Seperti menyamakan</p>

¹³Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018.

		nada suara pada saat berbicara dengan klien. ¹⁴
--	--	--

Berdasarkan gambaran teknik *rapport* diatas, terapis banyak menggunakan *rapport* verbal. Yakni berupa kesamaan yang dapat dibangun melalui struktur kalimat yang diucapkan. Hal ini terlihat pada saat seorang terapis mengulang-ulang kalimat terakhir yang diucapkan oleh subjek. Prinsip dasar *rapport* verbal adalah menyamakan frekuensi antar keduanya. Oleh karena itu teknik *rapport* sangatlah efektif digunakan pada setiap sesi terapi dengan tujuan agar membentuk rasa nyaman dan saling percaya diantara keduanya.

2. Subjek II

Bu I, dengan keluhan gatal-gatal. Masuk pada tanggal 2 Desember 2018.¹⁵ Berikut cuplikan transkripsi dari wawancara:

Subjek : “Saya menikah dengan suami selisih umur 15 tahun jauh lebih tua dari suami saya. Kami berdua kerja. Namun setelah berjalan 6 tahun pernikahan pernikahan kami kandas di tengah jalan. Suami minta cerai karena merasa tidak rela jika sebagian gaji saya untuk menghidupi adik-adik saya. Padahal saya telah berjanji kepada kedua orang tua untuk membiayai adik-adik saya sampai sekolahnya selesai. Pada saat itu gaji saya lebih banyak dari penghasilan suami. Akhirnya saya keluar rumah bersama

¹⁴Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018

¹⁵Wawancara dengan subjek II, pada 2 Desember 2018

anak saya dengan tidak membawa barang apa-apa. Bertahun-tahun saya menjalani hidup bersama anak saya. Mulai kembali mencari pekerjaan, membangun rumah, biaya anak sekolah, menikahkan anak saya dll. Saya ikhlas menjalani semua ini pak. Meskipun sudah diperlakukan dengan mantan suami seperti itu tapi saya tetap ikhlas. Saat ini usia saya semakin bertambah, dan mungkin sakit yang saya derita saat ini merupakan hasil dari dosa-dosa di masa lalu saya.”¹⁶

Terapis : (hanya mendengarkan dengan seksama dari peristiwa yang dialami subjek).

Setelah mengungkapkan problem yang selama ini dialami. Subjek merasa gatal-gatal yang ditubunya mulai pudar, tubuh menjadi fresh, dan rileks.¹⁷ Karena dengan mengungkapkan isi hati (cerita)/curhat, problem gatal-gatal akan berkurang hampir 50%.¹⁸

Bertolak dari traskripsi wawancara di atas, terapis tidak banyak memberikan tanggapan. Karena subjek sangat antusias menceritakan problem hidup yang sudah bertahun-tahun dialami, dan sebenarnya peristiwa ini tidak mungkin diceritakan kepada orang sembarangan. Oleh karena itu terapis hanya memerankan *rapport* non-verbal.

Teknik *rapport* non-verbal adalah kesamaan yang dibangun melalui komunikasi non-verbal seperti *posture* (posisi tubuh) atau *gesture* (bahasa tubuh) seperti memegang rambut, menunjuk kearah tertentu, atau merubah posisi duduk pada saat berbicara. Selain itu, pola nafas, ekspresi wajah, intonasi, hingga pemenggalan frase dalam

¹⁶Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018

¹⁷Wawancara dengan subjek II, pada 2 Desember 2018.

¹⁸Wawancara dengan dr. Mustamir, pada 2 Desember 2018.

berbicara sangat berpengaruh dalam membangun kesamaan dalam melakukan *rapport*.

Berdasarkan analisis dari dr. Mustamir bahwa gatal-gatal yang dialami subjek merupakan efek dari sampah-sampah psikologis yang terpendam selama ini. Jika melihat peristiwa yang dialami tersebut, sebenarnya telah berhasil menjalaninya dengan perasaan yang lapang dan dengan rasa ikhlas. Namun meskipun sudah ikhlas, pada saat melakukan meskipun terkadang muncul konflik batin (menangis) yang berefek pada munculnya emosi negatif.

Hal ini yang mungkin tidak disadari oleh subjek. Ketika saat masih muda, perceraian yang dialami tidak menjadi sebuah beban dalam hidupnya. Karen asubjek merasa termotivasi untuk menghidupi anak dan adik-adik yang saat itu masih kecil-kecil. Namun, diusia yang saat ini tidak muda lagi power tubuh akan semakin turun dan sampah-sampah psikologis mulai bergerak.jika fisiknya sangat kuat maka yang diserang pikiran (jiwa). Namun jika jiwanya kuat maka yang diserang fisiknya. Peristiwa yang dialami subjek saat ini merupakan efek sampah-sampah psikologis problem masa lalu.¹⁹

3. Subjek III

¹⁹Observasi di GRISS 99, pada 2 Desember 2018.

Mas P, dengan keluhan hidup tidak tenang dan susah tidur. Masuk pada tanggal 4 Desember 2018.²⁰ Berikut tahapan meta program dan penerapannya:

Jenis	Penerapan meta program
<i>Toward</i> (mendekati) atau <i>Away</i> (menjauhi)	<p>Terapis : “Mas, seandainya mas bisa lepas dar narkoba. Apa yang mas harapkan?”</p> <p>Subjek : “Saya pengen ibu saya sayang lagi sama saya, pak.” (<i>toward</i>)</p> <p>Terapis : “Saya akan membacakan al-Qur’an, semoga dengan bacaan al-Qur’an ini mas bisa bebas dari narkoba dan ibu bisa sayang lagi sama mas, jauh lebih sayang dari sebelumnya.”</p> <p>Subjek : (subjek menangis selama dibacakan al-Qur’an). Dalam hal ini subjek tersugesti dengan meta program, berupa sentuhan rohani yang berhubungan dengan ibu, serta memberikan nilai-nilai kasih sayang dari orang tua kepada anak terutama ibu.²¹</p>

²⁰Wawancara Subjek III, pada 4 Desember 2018.

²¹Observasi di GRISS 99, pada 4 Desember 2018.

Berdasarkan dari meta program diatas subjek adalah mendekati (*toward*) manfaaat. Subjek menginginkan ibunya kembali menyayangnya. Dengan demikian, terapis akan lebih mudah melakukan persuasi dengan cara menyamakan meta program yang sudah ada. Yaitu dengan cara memberikan saran-saran yang berhubungan dengan hal-hal yang membuat ibunya kembali menyayangnya.

Meta program sangatlah penting peranannya dalam motivasi dan pengambilan keputusan. Terapis akan menggunakan kata-kata tertentu untuk menyesuaikan dengan model dunia klien. Menggunakan bahasa yang sesuai dengan meta program klien akan mempermudah klien mengerti dan menerima kata-kata tersebut. sehingga akan mempercepat proses dan kekuatan pada motifasi dan penhambilan keputusannya.

4. Subjek IV

Bu. R, dengan keluhan kecemasan. Masuk pada tanggal 5 Desember 2018. Keluhan merasa tidak berguna, mempunyai riwayat penyakit kanker payudara. Subjek dua kali melakukan trapi di GRISS 99 Semarang.²² Menurut dr. Mustamir subjek mengalami kecemasan karena merasa dirinya tidak berguna setelah mengidap penyakit kanker payudara selama 2 tahun. Subjek cemas jika suami dan anak-anaknya akan pergi meninggalkan dirinya.

Berikut tahapan meta model dan penerapannya:

²²Wawancara dengan subjek IV pada 5 Desember 2018.

No.	Tahapan	Penerapan meta model
1.	<i>Deletion</i>	<p>Klien tidak menceritakan sepenuhnya problem yang dialami.</p> <p>Terapis mencoba menggali informasi dari pengalaman hidupnya di masa lalu. Dengan tujuan untuk mencari akar permasalahan.²³</p>
2.	<i>Distortion</i>	<p>Secara singkat klien menjelaskan peristiwa yang dialami.</p> <p>Untuk menggali informasi yang telah didistorsi terapis menanyakan ulang peristiwa yang mungkin membuat ia merasa cemas dalam hidupnya.²⁴</p>
3.	<i>Generalization</i>	<p>Sejak menderita penyakit kanker merasa hidupnya tidak berguna lagi. (<i>generalization</i>)</p> <p>Untuk mengubah proses generalisasi terapis memberikan sebuah pertanyaan “orang tua dan saudara apakah mereka tidak sayang, anda?”</p> <p>Kemudian terapis menjawab “tidak, dr. Selama</p>

²³Observasi di GRISS 99, pada 5 Desember 2018.

²⁴Observasi di GRISS 99, pada 5 Desember 2018.

		ini yang membantu orang tua dan beberapa saudara saya.” ²⁵
--	--	---

Berdasarkan deskripsi meta model diatas, subjek merasa bahwa suami dan anaknya akan meninggalkannya karena penyakit yang diderita selama 2 tahun in tidak kunjung sembuh. Selain itu, subjek juga bahwa merasa tidak ada keluarga yang sayang padanya lagi. Penyakit ini membuat subjek menjadi kesepian dan tidak ada yang memperhatikanya lagi.

Dari pernyataan tersebut, subjek men-generalisasi bahwa karena penyakit yang diderita sekarang membuat ia menjadi kesepian dan cemas jika ditinggakan oleh suami dan anaknya. Dengan demikian terapis mencoba mematahkan generalisasi tersebut yaitu dengan teknik meta model. bahwa ketika menerima informasi, selalu ada filter yang bekerja yaitu *Delete*, *Distorsi*, dan *Generilisasi*. Oleh sebab itu, perlu digunakan suatu pertanyaan untuk menggali informasi yang telah di-*delete*, di-*distorsi*, atau yang digeneralisasi. Pertanyaan-pertanyaan tersebut diajukan supaya dapat diketahui akar masalahnya.

Setelah generalisasi dibersihkan kemudian klien diubah sudut pandangnya dengan teknik *reframming* dengan tujuan menilai positif disetiap peristiwa yang dialami. Dengan teknik *reframming* terapis mengajak seseorang untuk keluar darikerangka berpikir “masalah” dan

²⁵Observasi di GRISS 99, pada 5 Desember 2018.

melompat ke dalam kerangka berpikir solutif yang berorientasi pada *outcome* atau tujuan.²⁶

5. Subjek V

Bp. N, masuk pada tanggal 5 Desember 2018 dengan keluhan pusing yang berulang. Subjek merasa dirinya sedang diganggu oleh jin. Subjek merasa aneh karena pusing datang ketika ia sedang berdzikir. Sehingga subjek meyakini bahwa pusing yang dialami merupakan penyakit yang disebabkan oleh gangguan jin.²⁷ Berikut cuplikan dialog dengan klien:

“dr. Kepala saya ini pusing. Tapi pusingnya aneh. Pusing setiap saya melakukan dzikir, ini pasti karena gangguan jin. Tolong bantu bersihkan dr supaya tidak pusing-pusing lagi.”

Bertolak dari dialog tersebut, terlihat jelas bahwa terdapat generalisasi sebuah peristiwa yaitu anggapan bahwa sakit yang diderita karena gangguan jin. Terapis mencoba mematahkan dengan teknik *rapport* dan meta model, tujuannya agar membantu subjek untuk mengenali dan meluruskan kembali kekeliruan berpikir (kekurang akuratan dalam menyusun model) yang tidak bermanfaat akibat *deletion*, *distortion*, dan *generalization*

Berdasarkan analisa dr. Mustamir sakit yang dialami subjek bukanlah karena gangguan jin. Pusing itu muncul karena subjek memiliki perasaan berdosa terhadap ayahnya. Adanya konflik batin

²⁶Wawancara dr. Mustamir, pada 5 Desember 2018.

²⁷Wawancara dengan subjek V, pada 5 Desember 2018.

yang dialami pasien merasa berdosa karena ayah kandungnya dia pukul namun merasa jengkel karena ayahnya berselingkuh dengan orang lain. Subjek ingin melepaskan emosi negatif itu dengan cara berdzikir, akan tetapi karena konflik batin belum terselesaikan sehingga saat berdzikir subjek mengalami pusing. Untuk menghilangkan konflik batin tersebut pasien harus berusaha memaafkan dirinya sendiri dan menerima kesalahan ayahnya sebagai ujian yang harus dia hadapi.²⁸

6. Subjek VI

Ibu A, masuk pada tanggal 7 Desember 2018 dengan keluhan sering bertengkar sama suami, suami suka marah-marrah, bentak-bentak, dan nada suaranya keras. sejak awal menikah (30 tahun).²⁹ Istri menginginkan suaminya berubah sehingga tidak marah-marrah lagi.

Berikut tahapan meta program dan penerapannya:

Jenis	Meta program dan penerapannya
<i>away</i>	Meta program subjek VI termasuk dalam kategori <i>toward</i> . Menurut data dari dilapangan, subjek berharap suaminya suaminya tidak marah-marah lagi. Karena terkadang ia merasa kasian melihat suami yang selama hidupnya dipenuhi dengan emosi negatif. Selain itu ia juga sangat

²⁸Wawancara dengan dr. Mustamir pada 5 Desember 2018.

²⁹Wawancara dengan dengan subjek VI, pada 7 Desember 2018.

	menyayangi suaminya meskipun sifat marah-marahnya terkadang membuat ia sedih.
--	---

7. Subjek VII

Mas S, masuk pada tanggal 7 Desember 2018 dengan keluhan telinga berdengung, asam lambung, dan cemas karena 20 tahun menikah belum dikaruniasi seorang anak.³⁰

Berikut bentuk *reframming* dan penerapannya:

NO.	Bentuk	Penerapan <i>reframmig</i>
1.	<i>Reframing content</i>	<p>Subjek : “saya merasa cemas, sudah berobat kemana-mana tapi tiak ada hasilnya. saya sudah 20 tahun tidak mempunyai anak, dan itu akan nmembuat hidup saya menderita”</p> <p>Terapis: “ibu, kira-kira ada tidak orang yang tidak punya anak hidupnya bahagia?”</p> <p>Subjek: (mulai diam dan berfikir menyadari bahwa selama ini yang difikikran ternyata salah).</p>
2.	<i>Reframmung context</i>	<p>Terapis : “jadi ibu, perbuatan baik itu tidak akan sia-sia. Ibu berbobatitu kan perbuatan baik,</p>

³⁰Wawancara dengan subjek VII, pada 7 Desember 2018.

		harta habis untuk berobat tidak akan percuma karena sebenarnya itu ada nilai ibadahnya”. ³¹
--	--	--

Berangkat dari informasi di atas, langkah yang diambil terapis selanjutnya adalah mengubah sudut pandang baru agar tidak terjebak hanya pada suatu pandang saja. Dengan meninjau ulang dari sebuah informasi yang disampaikan klien yang merasa bahwa dirinya menderita sebab tidak punya anak. Pernyataan tersebut kemudian dipatahkan terapis dengan cara memberikan pertanyaan-pertanyaan tentang sisi positif orang yang tidak mempunyai anak.³²

³¹Wawancara dengan subjek VII pada 7 Desember 2018.

³²Wawancara dengan subjek IV pada 7 Desember 2018.

BAB IV

ANALISIS PENERAPAN NLP SEBAGAI TEKNIK DALAM METODE SUFI HEALING DI GRISS 99 SEMARANG

A. Analisis NLP sebagai Teknik *Sufi Healing* di GRISS 99 Semarang

Berdasarkan penelitian di GRISS 99 Semarang, NLP sebagai teknik dalam metode *sufi healing* merupakan fenomena baru dalam penyembuhan penyakit. Metode-metode yang ditawarkan dalam praktik *sufi healing* sudah banyak, namun secara khusus belum ada teknik untuk mempermudah jalannya *sufi healing* tersebut. *Sufi healing* merupakan sebuah penyembuhan dengan menerapkan nilai-nilai tasawuf sebagai sarana pengobatan dan pencegahan penyakit dalam rangka menyucikan jiwa melalui *riyāḍah* dan *mujāhadah*.

Riyāḍah merupakan sarana untuk mengantarkan seseorang pada penyempurnaan diri. Bagi orang sufi riyāḍah merupakan sarana untuk mengantarkan dirinya lebih lanjut pada tingkat kesempurnaan, yaitu mencapai hakikat.¹ Mujāhadah berarti melatih diri seseorang untuk tidak condong kepada manisnya pujian dan rasa sakit akibat celaan,² dengan cara memerangi semua sifat dan perilaku buruk supaya jiwa menjadi bersih,

¹Al-Aziz, A. Moh, Saifullah, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Terbit Terang, 1998), 104.

²al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah, terj: Uamr Faruq*, (Jakarta: Pustaka Amani, 2013), 130.

sehingga dapat memperoleh pengetahuan yang hakiki tentang Allah dan kebesaranNya.

Kedua metode tersebut dapat ditempuh dengan tiga tahap sufi, yakni , yakni *Takhallī* (pengosongan jiwa dari segala sesuatu yang merusak). *Takhallī* untuk menghilangkan tirai atau hijab penghalang yang menghalangi hati untuk mendapatkan pengetahuan tentang kebaikan yang berasal dari Dzat yang Maha pengasih dan penyayang. Bagi ahli sufi, kebenaran tidak pernah terhalangi oleh apapun, hanya saja manusialah yang terhalang untuk mengetahuinya. Selanjutnya adalah *tahallī* (pengisian jiwa dengan segala sesuatu yang mulia). *Tahallī* bertujuan untuk membiasakan diri agar individu memiliki sensitifitas terhadap pelaksanaan hal hal yang terpuji, sehingga kecendrungan tabiat yang dimilikinya lebih sensitif dalam menerima sinyal-sinyal positif (waridat haqq) dengan cara keluar dari sifat sifat kemanusiaan (basyariyat) yang bertentangan dengan sifat pengabdian keda Allah (ubudiyah) sehingga dapat menjadi dekat dengan Allah. Kemudian yang terakhir adalah *tajallī* (menemukan apa yang dicari dan mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari).³ Sehingga dirasakan secara psikologis bahwa Allah SWT telah menurunkan limpahan rahmat-Nya yang berwujud cahaya kebenaran.

Melalui metode-metode tersebut, NLP sebagai teknik *sufi healing* di GRISS 99 Semarang merupakan sebuah perangkat untuk mengkomunikasikan tentang nilai-nilai sufi kepada klien sehingga klien dapat dengan mudah memahami dan mengamalkan nilai-nilai sufi. Selain

³Abu al-Wafa' Al-Ghanimi al-Taftazani, *Sufi dari Zaman ke Zaman*, (Bandung: Pustaka, 1997), 187

itu, dalam penyembuhan NLP juga berfungsi sebagai cara untuk untuk mencari akar masalah dari peristiwa yang dialami. Karena sebagian orang tidak menyadari bahwa penyakit muncul selain karena faktor fisik, juga diakibatkan oleh faktor psikis, seperti problem-problem di masa lalu. Sehingga untuk mencari penyebabnya menggunakan teknik NLP.⁴

Pada dasarnya, NLP di GRISS 99 Semarang sebagai sebuah teknik bertanya. Teknik ini merupakan hal penting sebelum menentukan terapi. Dari pertanyaan tersebut kemudian diidentifikasi dari jawaban klien. Dengan demikian terapis akan mengetahui meta program klien, yakni cenderung mendekati atau menjauhi. Apabila meta programnya itu mendekati, berarti klien ingin meraih bukan ingin menghindar. Maka langkah selanjutnya terapis memberikan nilai-nilai positif dari problem yang dialami klien.

Dalam kamus orang sakit, sebagian besar orang datang ke tempat terapi/penyembuhan memiliki tujuan utama yaitu menginginkan kesembuhan. Melalui meta program terapis akan bertanya mengenai *outcome* dari kesembuhan. Sehingga secara tidak sadar klien akan mengetahui motivasi dari kesembuhan yang diharapkan tersebut. Dengan demikian akan mempermudah terapis dalam mengidentifikasi dari pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan kepada klien. Misalnya, perokok mau berhenti merokok karena tidak ingin dimarahi prang tua (menjauhi) dan perokok mau berhenti merokok karena menginginkan ibunya menyayanginya lagi (mendekati). Dengan jawaban-jawaban tersebut, jika

⁴Observasi di GRISS 99 Semarang pada 25 Desember 2019.

meta programnya mendekati maka terapis akan memberikan nilai-nilai seperti keuntungan menyayangi orang tua, menyayangi orang tua akan masuk surga, dan sumber rejeki. Sehingga untuk memotivasi klien terapis memberikan nilai-nilai positif yang berhubungan problem klien. Sehingga, jika memang benar klien mau sembuh, maka terapis kembali mengulang pertanyaan untuk memunculkan meta program, kemudian mengidentifikasi hirarki kriteria yang kira-kira paling tinggi. Langkah terakhir identifikasi harapan tersebut dapat dicapai (biasanya dalam hitungan angka, hari, atau bulan, dengan tujuan untuk memotivasi).

Meta program yang sering diterapkan dalam GRISS yang adalah jenis *toward* (mendekat) atau *away* (menajuhi). Jadi menemukan *outcome* dalam meta program bertujuan untuk mengetahui motivasi, dan harapan yang klien inginkan apabila tujuannya yang diinginkan tercapai.

Sedangkan meta model di GRISS 99 Semarang digunakan untuk mengidentifikasi kesalahan berfikir klien melalui pertanyaan-pertanyaan. Untuk mengetahui kesalahan berfikir dari generalisasi, distorsi, dan delusi. Dengan tujuan untuk menjernihkan cara berfikir klien secara runtut, logis, dan tidak emosional. Karena sebagian besar masalah atau problem-problem kehidupan muncul berdasarkan pada kesalahan berfikir sehingga reaksinya berlebihan.

Problem-problem tersebut akan berpengaruh pada pikiran sehingga akan menimbulkan stress. Dalam ilmu kedokteran juga dikenal dengan istilah *psikoneuroimunologi*, yang menyatakan bahwa adanya keterkaitan

antara pikiran dengan tubuh.⁵ Hal inilah yang menyebabkan asal-muasal munculnya penyakit terletak dalam pikiran.⁶

Jika seorang terus menerus memikirkan pikian-pikiran yang harmonis, keadaannya seperti denyut nadi teratur dan sirkulasi darah lancar. Namun, jika keharmonisan pikiran-pikian rusak, akal menjadi beku dan ia akan menghalangi keandali. Akibatnya adalah timbulnya perasaan ketertekanan dan yang dilihatnya adalah kegelapan, keraguan, curiga, ketidakpercayaan, dan bentuk-bentuk kesedihan serta keputusan. Energi akal dapat dipertahankan apabila akal tetap dalam pikiran-pikiran yang harmonis sehingga akal dapat menyeimbangkan pikirannya.⁷

Namun demikian, keharmonisan tubuh dan akal juga bergantung pada faktor eksternal, seperti: makanan yang ia makan, orang yang ditemuinya, pekerjaan yang dilakukannya, iklim tempat tinggalnya. Maka tidak ada keraguan, dibawah kondisi yang sama, orang yang satu bisa sakit dan yang satu bias tdiak. Alasannya, yang bersangkutan hidup harmonis dengan makanan yang dimakannya, dengan iklim tempat tinggalnya, dengan orang-orang yang ditemuinya dan dengan kondisi lingkungannya sehingga dia sehat. Sementara yang lain hidup bertentangan dengan makanan yang dimakannya, dengan orang-orang yang ditemuinya, dengan kondisi lingkungannya, dengan iklim tempat dia hirup sehingga dia

⁵Graha Masyarakat Ilmiah Kedokteran (GAMIK) UNAIR, *Psikoneuroimunologi Kedokteran*, (Surabaya: Gidoen Offset, 2005), 16.

⁶Shaykh Hakim Moinuddin Chishti, *The Book of Sufi Healing*, (New York: Iner Traditions International, 1985), h. 16.

⁷Hazrat Inayat Khan, *The Heart of Sufism*, Alih bahasa: Andi Haryadi, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002), 211-213.

sakit. Hal ini karena ia tiak berada dalam keharmonisan dan hasilnya adalah keguncangan dan penyakit.⁸

Dalam perspektif ahli sufi, persoalan yang dihadapi oleh manusia berakar dari hati. Hujat al-Islam Imam al-Ghazali menyatakan bahwa hati merupakan inti dari manusia, karena hati yang dilihat dan yang bertanggungjawab dihadapan Allah. Hati menjadi pusat dan hakekat manusia. Sehingga dapat dikatakan bahwa hati merupakan asal mula dari segala aktifitas manusia. Hati yang sehat menjadikan aktifitas perilaku manusia menjadi sehat pula, dan sebaliknya hati yang sakit akan menyebabkan individu yang memilikinya menjadi sakit.

Artinya: *“Ketahuilah bahwa dalam tubuh ada segumpal darah yang apabila ia baik maka tubuh akan baik pula, dan jika ia rusak maka tubuh akan rusak pula, ketahuilah itu adalah hati”* (H.R. al-Bukhari & Muslim).⁹

Dari hadits ini diketahui bahwa hati merupakan substansi diri manusia. Manusia sehat dan sakit bagi kaum sufi lebih ditentukan oleh bathin, bermasalah atau tidak bermasalah lebih berfsifat batin pula. Karena itulah, konseling sufistik lebih ditekankan pada kesehatan hati agar hati dapat berfungsi secara optimal sehingga darinya lahir berbagai pengetahuan gnostik (ma’arif) dan tersingkap berbagai rahasia. (asrar). Melalui ma’rifah dan terbukanya rahasia ilahiyah maka seorang dapat

37. ⁸Mustamir Pedak, *Qur’anic Super Healing*, (Semarang, Pustaka Nuun, 2010),

⁹H.R Bukhori Muslim no.52 dan Muslim No. 1599.

memaknai setiap persoalan yang dihadapinya sebagai hadiah dari Allah dan bukan sebagai ujian apalagi siksaan dari Allah. Kesadaran semacam ini hanya akan diperoleh melalui takhalli, tahalli dan tajalli yang dilakukan *salik* melalui pelatihan (*riyadhah*) dengan sungguh sungguh (*mujahadah*) dengan bimbingan dan arahan dari mursyid.¹⁰

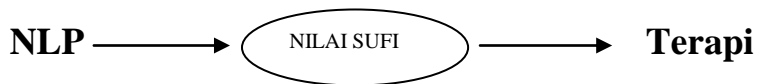
Menurut pengamatan penulis, bahwa teknik-teknik bertamya dalam NLP miliki keterkaitan dengan metode *sufi healing*. Karena keduanya sama-sama bertujuan untuk membersihkan pikiran dan jiwa. Contoh sederhana, ketika orang sedang mengalami problem kehidupan kemudian diminta untuk bersabar, maka cara tersebut akan susah untuk diterapkan. Dengan hadirnya NLP akan membantu mempermudah memasukkan nilai sabar tersebut.

Pikiran manusia sangat berpengaruh pada kesehatan fisik seseorang, sebab dalam pandangan *neurscience* pikiran manusia akan secara langsung mempengaruhi pusat emosi dan pusat emosi akan mempengaruhi sistem hormonal fisik yang berpengaruh pada kecenderungan untuk sehat dan berperilaku sehat dan seterusnya akan menyebabkan fisik yang sehat pula. Secara psikologis orang yang menjalankan tasawuf secara utuh dapat meningkatkan imunitas tubuh.

B. Analisis Penerapan NLP sebagai Teknik dalam Metode *Sufi Healing* di GRISS 99 Semarang

¹⁰Amstrong Amruallah, *Khazanah Istilah Sufi, Kunci Memahami Tasawuf*, terj. MS. Nasruallah & Ahmad Baiquni, (Bandung: Mizan, 2002), 92-94.

NLP di GRISS 99 Semarang diterapkan sebagai teknik komunikasi untuk mempermudah memasukkan nilai-nilai tasawuf dalam diri klien sebelum diterapi. Penerapan NLP sebagai teknik dalam metode *sufi healing* di GRISS 99 Semarang digunakan dalam setiap sesi dan seluruh sesi terapi dengan tujuan untuk mempermudah memasukkan nilai-nilai tasawuf. Diantaranya beberapa teknik bertanya dalam NLP yang digunakan dalam *sufi healing* antara lain: *rapport*, meta model, meta program, dan *reframming*, untuk memasukkan nilai ikhlas, sabar, tawakkal, dan husnudzan.



Teknik *rapport* dalam *sufi healing* memiliki kesamaan dengan *takhalli*. Ketika seorang pasien merasa percaya dengan seorang terapis, maka nilai-nilai sufistik akan mudah diterapkan. Salah satunya adalah nilai tawakkal. Tawakkal diartikan sebagai sikap pasrah ketika menghadapi suatu hal.

Tawakkal artinya menyerah kepada *qada'* dan putusan dari Allah. Misalnya, ketika mendapatkan sesuatu bersyukur, jika tidak ia bersabar dan berserah pada Allah SWT.¹¹ Dalam pengertian lain yaitu menerima semua ketentuan Tuhan, dan meyakini bahwa apapun yang ditetapkan Tuhan

¹¹Harun Nasution, *Filsafat dan Mistisme dalam Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang: 1995), 68

merupakan sesuatu yang terbaik.¹² Kerelaan hati terhadap ketetapan Tuhan ini menunjukkan tingkat kedekatan seseorang dengan-Nya.¹³ Diantara dalil yang menjelaskan perintah tawakkal diantaranya:

إِذْ هَمَّتْ طَّائِفَتَانِ مِنْكُمْ أَنْ تَفْشَلَا وَاللَّهُ وَلِيُّهَا ۖ وَعَلَى اللَّهِ فَلْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ ﴿١٢٢﴾

“Ketika dua golongan dari padamu ingin (mundur) karena takut, Padahal Allah adalah penolong bagi kedua golongan itu. karena itu hendaklah kepada Allah saja orang-orang mukmin bertawakkal.” (QS. Ali Imron: 122).¹⁴

Teknik *rapport* menjadi penting dalam rangka proses penyembuhan. Obat apapun yang masuk ke dalam tubuh, tidak akan bermanfaat apabila dalam hati seseorang tidak rasa tawakal dan ridha. Hal ini tentu saja, kecil kemungkinan untuk sembuh dari penyakit, sebab goyahnya keyakinan dalam diri akan sembuhnya suatu penyakit. Oleh sebab itu, tawakakal dapat dijadikan salah satu terapi untuk mempercepat proses penyembuhan, dan untuk pencegahan penyakit.¹⁵

¹²Al-Qusyairi, *Rislah Qusyairiyah*, terj. Umar Faruq (Jakarta: Pustaka Amani, 2013), 230.

¹³Al-Ghazali, *Mukasyafatul Qulub*, terj. Irwan Kurniawan (UjungBerung: Marja', 2003), 49.

¹⁴Departemen Agama RI, *Alqur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Darussunnah, 2012), 67.

¹⁵M. Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012), 65.

Selain *rapport* dalam metode *takhalli* teknik meta model sangat efektif dalam proses penyembuhan. Meta model dapat membantu seseorang untuk menemukan kembali informasi yang hilang, menghubungkan kembali pengalaman internal dan menata kembali peta-peta kognitif. Dengan cara membersihkan dari smapah-sampah psikologis yang amengendap di pikiran. Teknik meta model juga dapat mempermudah untuk memasukkan nilai ikhlas khususnya dalaml proses penyembuhan. Ikhlas merupakan sikap suci dalam niat, bersih batin dalam melakukan hal dan tidak perpura-pura. Pada ajaran sufi keikhlasan adalah suatu yang diperlukan untuk mendekatkan diri kepada Allah.¹⁶

Ikhlas adalah suci dalam niat, bersih batin dalam beramal, tidak berpura-pura, lurus hati dalam bertindak, jauh dari *riya'* dan kemegahan dalam berlaku berbuat, mengharapkan *rida* Allah semata-mata.¹⁷ Ikhlas merupakan suatu hal yang bersifat betiniyah dan teruji kemurniannya dengan amalan saleh, ia merupakan perasaan halus yang tidak dapat diketahui oleh siapapun. Amal perbuatan adalah bentuk-bentuk lahiriyah yang boleh dilihat sedangkan roh amal perbuatan itu adalh rahasia yaitu keikhlasan.¹⁸

Menurut Erbe Sentanu, dengan melatih gelombang otak untuk tetap bertahan dalam kondisi ikhlas, maka akan tercipta suatu sikap hidup yang

¹⁶Sa'id Hawwa, *Tazkiyatun Nafs*, terj: Abdul Amin dkk, (Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2006), 45.

¹⁷Hawwa, *Tazkiyatun Nafs*, 15.

¹⁸Hawwa, *Tazkiyatun Nafs*, 16.

rela dan jujur di dalam diri.¹⁹ Ketika seseorang bersikap rela dan jujur dalam menyikapi suatu hal, maka semua itu akan mengubah gelombang energi menjadi doa yang dihatirkan kepada Allah SWT. Pengalaman menarik yang diuraikan oleh Erbe, bahwa ia pernah mengalami kenyataan pahit, dengan mengubah energi negatif menjadi positif, yang pada akhirnya berhasil membuat isterinya melahirkan seorang anak. Ia menyebutnya dengan *alphanumeric* syukur dalam teori Quantum Ikhlas.²⁰

Teknik meta program dalam *sufi healing* memiliki kesaamaan dengan metode *tahalli* yaitu mengisi atau membiasakan dengan sikap terpuji. Dalam kaitanya dengan penyembuhan seorang terapis akan mudah memasukkan nilai-nilai sufistik, salah satunya nilai sabar. Kesabaran merupakan ketabahan hati dalam menghadapi segala ujian dan musibah.²¹ Sabar adalah mengekang keinginan terhadap sesuatu yang menggelisahkan atau kelezatan yang meninggalkan dirinya.²² Dengan bersikap sabar, maka akan melahirkan sikap yang sopan-santun dalam pergaulan sehari-hari. Sikap semacam ini akan menuntut kebersihan hati dan kelapangan jiwa dalam menerima berbagai ketentuan dan ketetapan Allah SWT terhadap diri seseorang. Allah memrintahkan kepada manusia untuk bersikap sabar, dalam firman-Nya:

¹⁹Erbe Sentanu, *Quantum Ikhlas: Teknologi Aktivasi Kekuatan Hati*, (Jakarta: Elex Media Komputindo, 2008), 194.

²⁰Erbe Sentanu, *Quantum Ikhlas*, 195.

²¹Al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, terj. Umar Faruq, (Jakarta: Pustaka Amani, 2013), 258.

²²M. Amin Syukur, *Sufi Healing Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012), 61.

وَأَسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ وَإِنَّهَا لَكَبِيرَةٌ إِلَّا عَلَى الْخَاشِعِينَ ﴿٤٥﴾

“Jadikanlah sabar dan shalat sebagai penolongmu. dan Sesungguhnya yang demikian itu sungguh berat, kecuali bagi orang-orang yang khusyu'.” (QS. Al-Baqarah: 45).²³

Dengan demikian, maka sabar akan dapat dijadikan sebagai sarana penyembuhan yang ampuh. Ketika mendapatkan ujian berupa sakit, maka seseorang dapat menggunakan kesabrannya dalam menahan serangan rasa sakit dengan mengembalikannya kepada Allah SWT. Sabar atas segala keputusan-Nya, sehingga rasa sakit justru menjadi sarana untuk mendekatkan diri kepada Allah dan memahami betapa besar kekuasaanNya. Pada gilirannya, sakit fisik tiak akan menambah sakit psikis dan sebaliknya, apabila semua dikembalikan kepada Allah yang Maha Penyembuh.²⁴

Dalam kaitanya dengan metode *sufi healing*, teknik *reframing* memiliki kesamaan dengan metode *tajalli* yakni tersingkapnya tabir. Dengan demikian seorang hamba akan dapat berhubungan langsung dengan Tuhannya tanpa ada penghalang. Teknik ini sangat relevan digunakan untuk memasukkan nilai husnudzon. Husnudzon tersusun dari dua kata, yaitu *husn* yang berarti baik (positif) dan *dzan* yang berarti persangkaan, perkiraan, atau cara berpikir.

²³Departemen Agama RI, *Alqur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Darussunnah, 2012), 56.

²⁴Syukur, *Sufi Healing*, 62.

Secara sederhana husnudzon diartikan sebagai pola pikir positif yang berdampak pada perilaku positif.²⁵ Allah memrintahkan kepada manusia untuk bersikap husnudzon, dalam firman-Nya:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اجْتَنِبُوا كَثِيرًا مِّنَ الظَّنِّ إِنَّ بَعْضَ الظَّنِّ إِثْمٌ وَلَا تَجَسَّسُوا وَلَا يَغْتَبَ بَعْضُكُم بَعْضًا ۚ أَتُحِبُّ أَحَدُكُمْ أَن يَأْكُلَ لَحْمَ أَخِيهِ مَيْتًا فَكَرِهْتُمُوهُ ۚ وَاتَّقُوا اللَّهَ ۚ إِنَّ اللَّهَ تَوَّابٌ رَّحِيمٌ ﴿١٢﴾

Hai orang-orang yang beriman, jauhilah kebanyakan prasangka (kecurigaan), karena sebagian dari prasangka itu dosa. dan janganlah mencari-cari keburukan orang dan janganlah menggunjingkan satu sama lain. Adakah seorang diantara kamu yang suka memakan daging saudaranya yang sudah mati? Maka tentulah kamu merasa jijik kepadanya. Dan bertakwalah kepada Allah. Sesungguhnya Allah Maha Penerima taubat lagi Maha Penyayang. (QS. Al-Hujurat: 12).²⁶

Berdasarkan uraian di atas, maka prasangka atau dugaan yang harus ditumbuhkan dan diamalkan oleh semirang muslim adalah prasangka yang baik atau husnudzon kepada Allah SWT. dengan membiasakan sikap husnudzon kepada Allah SWT, seseorang memposisikan dirinya selalu menyikapi apa pun yang terjadi dalam dirinya secara positif. Dalam

²⁵Salih Yucel, Positive Thinking and Action in Islam: Case Studies from The Sirah of Prophet Muhammad. *International Journal of Humanities and Social Science*, Volume 5, Nomor 1 Januari, 2015, 223.

²⁶Departemen Agama RI, *Alqur'an dan Terjemahannya*, (Jakarta: Darussunnah, 2012), 516.

literatur sufi husnudzon ini meruoakan bagian dari *mahabbah*, yang akan mengantarkan seseorang selalu bersifat baik sangka sehingga pada gilirannya a akan mencapau kebahagiaan dan mendapatkan kelebihan-kelebihan serta derajat yang tinggi di dunia dan di akhirat nanti.²⁷

Dengan bersikap husnudzon, dapat mengubah cara pandang dan menumbuhkan semangat untuk menjalankan kehidupan saat ini dan optimis terhadap rencana yang telah dibuat untuk kehidupan masa depan. Selain itu, akan mudah mengambil pelajaran terhadap pristiwa yang dialami. Akibat yang ditimbulkan ketika seseorang mengimplementasikan psinsip husnudzon adalah rasa syukur. Seseorang tidak mudah mengeluh, senantiasa mengambil pelajaran dari maslaah dan bersyukur karena mendapatkan pelajaran berharga dari suatu permasalahan dan hati akan merasa tenang.

²⁷Sulaiman, *Sufi Healing Penyembuhan Penyakit Lahiriah dan Babtinhah*, (Semarang: Karya Abadi Jaya, 2015), 45.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasar hasil penelitian di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang, penulis dapat menyimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. GRISS 99 Semarang merupakan salah satu tempat penyembuhan dengan menggunakan metode *Sufi Healing*. *Sufi healing* merupakan model terapi alternatif atau penyembuhan baik secara fisik maupun non fisik yang dilakukan dengan mengambil praktik-praktik dan nilai-nilai tasawuf sebagai sarana pengobatan dan pencegahan, serta penunjang kesehatan. Metode-metode tersebut antara lain: *takhalli*, *tahalli*, dan *tajalli*. Pada dasarnya munculnya sebuah penyakit sangat berkaitan antara pikiran tubuh. Oleh karena itu, orang yang sakit tidak dapat dianalisis dari aspek fisiknya saja, tetapi juga dicermati aspek psikologisnya. Karena antara fisik dan psikis merupakan dua hal yang tidak dapat dipisahkan. Dalam rangka penyembuhan penyakit yang berhubungan dengan fisik dan non fisik, GRISS 99 menggunakan teknik *Neuro Linguistic Programming* (NLP). NLP merupakan sebuah ilmu yang mempelajari struktur perilaku manusia, mempelajari bagaimana bahasa mampu mempengaruhi paradigma, cara berpikir, dan perilaku sehari-hari. Beberapa teknik NLP antara lain: *Rapport*, *meta*

model, meta program, dan *reframming*. Sedangkan tujuan dari teknik tersebut adalah untuk membersihkan pikiran dan jiwa, yang tentunya sangat berpengaruh dalam penyembuhan penyakit baik fisik maupun nonn fisik. Karena ketika jiwa sehat maka lahirlah tubuh yang kuat.

2. *Neuro Linguistic Programming* (NLP) sebagai teknik *sufi healing* di GRISS 99 Semarang diterapkan pada setiap sesi sebelum terapi. tujuannya adalah untuk mempermudah mengkomunikasikan tentang nilai-nilai sufi kepada klien sehingga klien dapat dengan mudah memahami dan mengamalkan nilai-nilai sufi seperti: *sabar*, *tawakkal*, *ikhlas* dan *husnudzon*. Selain itu, dalam penyembuhan NLP juga berfungsi sebagai cara untuk mencari akar masalah dari peristiwa yang dialami. Karena sebagian orang tidak menyadari bahwa penyakit muncul selain karena faktor fisik, juga diakibatkan oleh faktor psikis, seperti problem-problem di masa lalu. Sehingga untuk mencari penyebabnya menggunakan teknik NLP.

B. Saran-Saran

Adapun saran untuk Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang adalah sebagai berikut:

1. Membuat buku panduan dan pandangan tentang Teknik NLP berdasarkan literatur yang ada, sebagai sarana informasi dan pengetahuan bagi masyarakat mengenai NLP sebagai teknik *sufi healing* secara khusus.

2. Membekali terapis yang lain dalam aplikasi NLP sebagai teknik *sufi healing* supaya dapat membantu dr. Mustamir dalam proses terapi, karena sampai saat ini hanya dr. Mustamir yang berperan sebagai terapis utama di Griya Sehat Syafaat (GRISS) 99 Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmed bin Ali bin Hajar al-Askalani, *Fath albari sharah sahih albukhari*, (Daralrian lilturath 1407 AH / 1986 M).
- Akbar, Reza Oktiana dkk, Analisis Korelasi Respon Mahasiswa Terhadap Pembelajaran Berbasis NLP Tipe Reframming dengan Motivasi Belajar Matematika Mahasiswa Smester VII IAIN Syekh Nurjati Cirebon, *Jurnal EduMa*, Volume 3, Nomor 2, Desember 2014.
- Ali-Shah, Omar. *Tasawuf sebagai Terapi*, (Bandung: Pustaka Hidayah, 2002).
- Amin, Nurtaqwa dkk, Implikasi NLP dalam Proses Pembentukan Karakter Anak Bagi Kelompok Usia Dini, *Jurnal Baliresa*, Vol 1, No. 1, (2016).
- Anshori, M. Subkhan, *Tasawuf dan Revolusi Sosial*, (Kediri: Pustaka Azhar, 2011).
- Anwar, M. Solihin, *Kamus Tasawuf*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2002).
- Asmaran, *Pengantar Studi Tasawuf*, (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 1994).
- Bavister, Steve & Amanda Vickers, *NLP for Personal Succes*, *Terjemahan oleh Teguh Wahyu Utomo* (Yogyakarta: Baca, 2004),
- Budianingsih, Tri. Peran Nerurolinguistik dalam Pengajaran Bahasa, *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Humaniora*, Volume 3, Nomor 2, September 2015.
- Casale, Pete. *NLP Secrets: Upgrade Your Mind*, (New Zeland: Media NZ, 2012).
- Chishti, Shaykh Hakim Moinuddin. *The Book of Sufi Healing*, (New York: Iner Traditions International, 1985).
- Connolly, Petter. *Aneka Studi Agama*, (Yogyakarta: Lkis, 2012).

Departemen Agama RI, *al-Quran dan Terjemahan*, (Jakarta: Syamil Cipta Media, 2005).

Elias, Jack, *Hipnosis & Hipnoterapi Transpersonal/NLP*, Terj. Jamilla, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2009).

al-Ghazali Ihya ‘*Ulum al-din*, Jilid III (Mesir: Isa al-Halabi, 1968).

_____, *Ihya Ulum Al-Din*, Juz 8, (Beirut : Dar al-Fikr, 1980).

_____, *Ihya Ulumuddin*, terj: Ibnu Ibrahim, (Jakarta: Republika, 2012).

Gunawan, Imam, *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, h.

H.R Bukhori Muslim no.52 dan Muslim No. 1599.

Hadi, M. Fahli Zatra & Zubaidah, “Pemanfaatan Konseling Neuro Linguistic Programming dalam Mengatasi Kesulitan Belajar Siswa Sekolah Dasar: *Jurnal Rislal*, Vol. 26, No. 4, (2011).

Hamka, *Tasawuf Modern*, (Jakarta: Pustaka Pnjimas, 2005), 221.

Hamka, *Tasawuf: Perkembangan dan Pemurniannya*, (Jakarta: Panjimas, 1994),

Hasan, Moch, Sya’roni. “Tasawuf Akhlaqi dan Implikasinya dalam Pendidikan Agama Islam”, *Jurnal Urwatul Wutsqo*, Vol. 5, No. 2 (2016).

Hawari, Dadang. *Al Qur’an: Ilmu Kedokteran Jiwa dan Kesehatan Jiwa*, (Jakarta: Dana Bhakti Prima Yasa, 1998).

Hidayat, Bahril “Aplikasi Psikoterapi Neuro Linguistic Programming (NLP) dengan Intensifikasi Modalitas Positif Individu Berupa Perilaku Beribadah Terhadap Penyembuhan Gangguan Trauma”, *Jurnal Fakultas Psikologi*, Vol. 5, No. 2, (2009).

- Hunter, C. Roy Seni Hipnoterapi, *Penguasaan Teknik yang Berpusat pada Klien*, Terj. Paramita, (Jakarta: PT. Indeks, 2011).
- Imam Gunawan, *Metode Penelitian Kualitatif Teori & Praktik*, (Jakarta: Bumi Aksara, 2013).
- al-Jauziyyah, Ibnu Qoyyim, *Mukhtasar Ad-Dawa' Ad-Da' wad Dawa' (Terapi Penyakit Ruhani)*, Terj. Salafuddin Abu Sayyid, (Solo: Pustaka Arafah, 2005).
- Jamil, M. *Cakrawal Tasawuf: Sejarah Pemikiran dan Kontekstualitas*, (Jakarta: Gaung Persada Press, 2004).
- Khamidullah , Aby Muhammad Zamry Tuanku Kayo, *Sehat Tanpa Obat (Cara Islami Meraih Kesehatan Jasmani & Ruhani)*, (Bandung: Marja, 2012).
- Kushartati dkk, *Pesona Bahasa: Langkah Awal Memahami Linguistik*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2007).
- Liputan 6, "Selesaikan Masalah Jiwa dengan Seni Penyembuhan Sufi," diakses 20 Desember 2018, <http://www.gogle.com/amp/s/m.liputan6.com>
- al-Makki, Sayyid Bakri *Merambah Jalan Sufi*, terj. A. Wahid, (Bandung: Sinar Baru Algensindo, 2004).
- Maramis, Willy F. *Catatan Ilmu Kedokteran Jiwa*, (Surabaya: Airlangga, 2009).
- Moleong, Lexy J., *Metode Penelitian Kualitatif*, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2007).
- an-Najr, Amir *Ilmu Jiwa dalam Tasawuf: Study Komparatif dengan Ilmu Jiwa Komputer*, terj. Hasan Abrori, (Jakarta: Pustaka Azan, tt).
- _____, *Psikoterapi Sufistik dalam Kehidupan Modern*, (Bandung: Mizan Publika, 2004).
- Nasution, Harun. *Filsafat dan Mistisisme Islam*, (Jakarta: Bulan Bintang, 1995).

- Nursalim, Mochamad. *Strategi & Intervensi Konseling*, (Jakarta: Akademia Permata, 2013).
- O'conor, Joseph, *The NLP Workbook*, (London: Harper Collins Publisher, 2001).
- O'riordan, R.NL. *Seni Penyembuhan Alami, Rahasia Penyembuhan Melalui Energi Ilahi*, , terj. Sulaiman Al-Kumaiyi dari judul Asli *The Art of Sufi Healing*, (Bekasi: Gugus Press, 2002).
- al-Qusyairi, *Risalah Qusyairiyah*, terj. Umar Faruq, (Jakarta: Pustaka Amani, 2013).
- Pasiak, Taufik. *Tuhan dalam Otak Manusia*, (Bandung: PT. Mizan Pustaka, 2012).
- Pedak, Mustamir, *Qur'anic Super Healing: Sembuh dan Sehat dengan Mukjizat al-Qur'an*, (Semarang: Pustaka Nuun, 2010).
- Rahman, Gusti Abd. *Terapi Sufistik untuk Penyembuhan Gangguan Kejiwaan*, (Yogyakarta: Aswaja Pressindo, 2012).
- Rakhmat, Jalaludin, *The Road to Allah*, (Bandung: Mizan, 2007)
- Saifullah Al-Aziz, A. Moh, *Risalah Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Terbit Terang, 1998).
- Sailendra, Annie. *Amazing NLP, Neuro Linguistic Programming dari Konsep hingga Teknik*, (Yogyakarta: Bhafana Publishing, 2017),
- Salami, "Implementing Neuro Linguistic Programming (NLP) In Changing Student's Behavior: Research Done At Islamic Universities Aceh", *International Multidisiplinary Journal*, Vol. 3, No. 2, (2015).
- Sari, Rini Mustika. "*Neuro Linguistic Programming (NLP) untuk Mengatasi Depresi pada Penyandang Tuna Daksa yang Mengalami Kecelakaan Lalu*

- Lintas di BBRSD Surakarta”. Tesis Program Magister Profesi Psikologi Bidang Klinis UMS, Surakarta, 2012.
- Shrihari TG, “Quantum Healing-A Novel Current Concept of Holistic Healing”, *International Jurnal Of Complementary & Alternative Medicine*, Vol. 10, No. 2, 2017. Hormon endorfin merupakan senyawa kimia yang membuat seseorang merasa senang dan sangat mempengaruhi *imun* atau untuk kekebalan tubuh.
- Simanjuntak, Mangantar. *Teori Linguistik Chomsky dan Teori Neurolinguistik Wernicke*, (Jakarta: Gaya Media Pratama).
- Subiyono dkk, *Afirmasi Visualisasi dan Kekuatan Pikiran Hypnosis Meta NLP*, (Yogyakarta: K-Media, 2015).
- Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*, (Bandung: Alfabeta, 2009).
- Sulaiman, *Sufi Healing, Penyembuhan Penyakit Lahiriah dan Batiniah Cara Sufi*, (Semarang: Karya Abadi Jaya, 2015).
- Syamsul Bakri, *The Power of Tasawuf Reiki: Sehat Jasmani Rohani dengan Psikoterapi Islami*, (Yogyakarta: Kanisius 1996).
- Syukur, M. Amin, *Sufi Healing, Terapi dengan Metode Tasawuf*, (Jakarta: Erlangga, 2012).
- _____, Sufi Healing: Terapi dalam Literatur Tasawuf, *Jurnal Walisongo*, Vol. 20, No. 2, (2012).
- _____, *Tasawuf Sosial* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2004).
- _____, *Zuhud di Abad Modern*, (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 1997).
- al-Taftazani, Abu al-Wafa’ Al-Ghanimi *Sufi dari Zaman ke Zaman*, (Bandung: Pustaka, 1997).

Totok pdy, “Artikel NLP Building Rapport”, diakses 21 Desember 2018,
<https://totokpdy.com/artikel-nlp-building-rapport/>.

Waslah, “Peran Ajaran Tasawuf sebagai Psikoterapi Mengatasi Konflik Batin,”
Jurnal Lentera, vol. 3, no. 1, Maret 2017.

Wathon, A Aminul Neurosains dalam Pendidikan, *Jurnal Lentera*, Volume 14,
Nomor 1, Maret 2016.

Watiimena, David & Priatno H. Martokoesomo, *SPIRITUAL HAPPINESS (7
Kunci Menemukan Kebahagiaan Hidup dengan Metode NLP dan
Tasawuf)*, (Bandung: Mizan Pustaka, 2016).

Wawancara dengan dr. Mustamir, 21 Desember 2018.

Wawancara dengan dr. Mustamir, 23 Desember 2019.

Wawancara dengan dr. Mustamir, 28 November 2018.

Wawancara dengan subjek II, 23 Desember 2019.

Wawancara dengan dr. Mustamir pada 20 September 2018.

Wawancara dengan subjek IV pada 24 Desember 2019.

Wawancara dengan subjek V pada 25 Desember 2019.

Widyatmoko, Wahyu dkk, Neuro-Linguistic Programminh dalam Layanan
Konseling, *Jurnal Bimbingan dan Konseling*, Volume 1, Nomor 1, 2017.

Zainuddin, Ahmad Faiz, *SEFT (Spiritula Emotional Freedom Technique)*,
(Jakarta: Afzan Publishing, t.th.).

Zazuli, Mohammad, *Hypnosis Leadership*, (Jakarta: Gramedia, 2015)

Zuhri, Mustafa. *Kunci Memahami Ilmu Tasawuf*, (Surabaya: Bina Ilmu, 1995

Lampiran

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 GRISS 99 Semarang



Gambar 2.2 Ruang Konsultasi GRISS 99 Semarang



Gambar 2.3 Aplikasi *Rapport* di GRISS 99 Semarang







DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Mamluatur Rahmah
2. Tempat & tanggal lahir : Rembang, 06 Februari 1994
3. Alamat lengkap : Ds. Bonang, Laesm, Remabang
4. Nama orang tua Ayah : Shodiq
Ibu : Kholifah
5. Email : mamluaturrahmah94gmail.com
6. Fb : Mamluatur Rahmah
7. No. HP : 082242844162

B. Riwayat Pendidikan:

1. Pendidikan Formal
 - a. TK Masyitoh Sunan Bonang Lasem-Rembang tahun 1999-2000
 - b. SD Bonang Lasem-Rembang tahun 2000-2006
 - c. SMP N 2 Lasem-Rembang tahun 2006-2009
 - d. MAN Lasem-Rembang tahun 2009-2012
 - e. Mahasiswa UIN Walisongo Semarang tahun 2012-2016
2. Pendidikan Non Formal
 - a. Madrasah Diniyah MHM tahun 2000-2006
 - b. Madrasah Tsanawiyah MHM tahun 2006-2010
 - c. Pelatihan kursus komputer di MAN Lasem-Rembang tahun 2012

